وزارة التعليم العالي والبحث العلمي

جامعة الجزائر 3

معهد التربية البدنية والرياضية (سيدي عبد الله) - زرالدة -

رسالة مقدمة لنيل شهادة دكتوراه

"في نظرية ومنهجية التربية البدنية والرياضية"

بعنوان:

ممارسة نشاطات الرياضات الجماعية وعلاقتها بعملية التوافق النفسي والاجتماعي لتلاميذ مرحلة التعليم الثانوي بالمحيط المدرسي.

من إعداد الطالب:
حسان بوجليدة

إشراف الأستاذة:
الدكتورة: لزعر سامية

السنة الجامعية 2010/2009

كلمة شكر

الحمد لله رب العالمين حمدا يوافي نعمه ويكافي مزيده .
يطيب لي بعد ان من الله تبارك وتعالى علي بالتوفيق في الانتهاء من هذا الجهد المتواضعان اتوجه بآيات الحمد والشكر لله عز وجل على ما أمده من صبر وتوفيق لإخراج هذا البحث في صورته الحالية.
واتقدم بعظيم الشكر والتقدير إلى الدكتورة :لزعر سامية على ما قدمته طوال الفترة التي أشرفت فيها على البحث.
وأتقدم بشكري وتقديري إلي كافة الاساتذة بمعهد التربية البدنية الرياضية بسيدي عبد الله مثلين بالأستاذ الدكتور بن عكي محمد اكلي،بوداود عبد اليمين، بن تومي عبد الناصر ، لما بذلوه من جهود للوصول بنا إلى هذا المستوى .
كما لا يفوت الباحث تقديم الشكر والعرفان بالجميل إلى الدكتور:احمدبوسكرة مدير معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية بجامعة المسيلة لما بذله من جهود وما قدمه من إرشادات علمية وتوجيهات قيمة التي كان لها الأثر الكبير في إنجاز البحث فيما بعد.وجميع الإخوة والزملاء ممن ساهموا مساهمة بناءة طوال فترة البحث وحتى إتمامه فلهم كل الشكر والتقدير.
وأخيرا اهدي هذا العمل إلى زوجتي العزيزة التي صبرت معي كثيرا وشجعتني على الاستمرار في هذا البحث فلها مني كل لتقدير والاحترام.

الباحث

فهرس المحتويات

الفصل الثاني:
التوافق النفسي الاجتماعي

الفصل الثالث:

مرحلة التعليم الثانوي(مرحلة المراهقة)

الفصل الرابع:

نشاطات الرياضات الجماعية

البابالثاني :الجانب التطبيقي

الفصل الأول:

منهجية البحث وإجراءاته الميدانية

الفصل الثاني:

عرض ومناقشة نتائج الدراسة الميدانية

الفصل الثالث:

الاستنتاجات،خاتمة،واقتراحات.

قائمة المصادروالمراجع.

الملاحق

قائمة الجداول

- جدول الأشكال

ملخص الدراسة

ممارسة نشاطات الرياضات الجماعية وعلاقتها بعملية التوافق النفسي لتلاميذ مرحلة التعليم الثانوي بالمحيط المدرسي.

الباحث: **الاستاذالمشرف:**

حسان بوجليدة د/ لزعر سامية

تعتبر المدرسة إحدى أهم المؤسسات الاجتماعية الهامة بعد الأسرة لكونها تساهم في إتمام عملية التنشئة الاجتماعية للتلاميذ، كما أنها مؤسسة تعليمية تربوية مسئولة عن تحقيق بناء وتكوين الشخصية المتكاملة للتلاميذ بغية إعداد المواطن الصالح، ويتم ذلك عن طريق الاهتمام بعقل التلميذ وجسمه وانفعالاته، وسلوكه الاجتماعي والاهتمام بالبرامج والأنشطة التعليمية داخل المدرسة حتى تواجه احتياجاته النفسية والتعليمية والاجتماعية.

ويتفق علماء النفس ودارسوا السلوك الاجتماعي على أن التوافق بأبعاده المختلفة يعد من المعايير الأساسية، ومن ابرز العوامل في إحراز الارتقاء الحضاري، نظرا لما تحققه من سواء نفسي واجتماعي للفرد في إطار علاقته بذاته وبالمجتمع. فتحسن ظروف أي مجتمع نحو الأفضل لا يتأتى إلا بسلامة شخصيات أفراده وتمتعها بقدر كبير من الاتزان، وفي الغالب ينشأ سوء التكيف عندما تكون الأهداف ليست سهلة التحقيق، أو عندما تتحقق بطريقة لا يوافق عليها المجتمع.

والنشاط الرياضي باختلاف نظمه وقواعده وألوانه، ميدانا هاما من ميادين إعداد الفرد التي تزوده بخبرات ومهارات واسعة تمكنه من التكيف مع مجتمعه.فالرياضات الجماعيةتمثل حاجة هامة لصحة الفرد النفسية لتحقيق التوافق بأبعاده المختلفة لدى هذه الفئة، بالنظر إلى المتعة التي تجلبها للمراهق من خلال الفرص التي تتيحها له لإشباع مختلف الرغبات و الحاجات التي يتطلبها النمو في هذه المرحلة بصفة مقبولة اجتماعيا، كالحاجة إلى الانتماء، الحاجة إلى الاستقلال، الحاجة إلى إثبات النفس.

ومن هنا فإن النشاطات الرياضية بمختلف تخصصاتها تسعى إلى تحقيق الصحة بمفهومها الشامل التي تتضمن الصحة البدنية، والعقلية والنفسية والاجتماعية، وتهدف كذلك إلى إكساب الصفات الخلقية التي يتأسس عليها بناء العلاقات الاجتماعية، والمبادئ الخلقية المتماشية مع المثل العليا للمجتمع.

وبناءا على ما سبق ذكره وبإتباعنا لخطوات المنهج الوصفي، فان الفصل الأول من البحث يحاول وضع إطار منهجي لمشكل البحث،أما الجانب النظري للبحث فيحتوي على ثلاثة فصول تحيط بموضوع التوافق النفسي

الاجتماعي لتلاميذ مرحلة التعليم الثانوي وعلاقتها بممارسة أنشطة الرياضات الجماعية، خصص الفصل الأول لموضوع التوافق النفسي الاجتماعي، أما الفصل الثاني فخصص لمرحلة التعليم الثانوي(المراهقة)، في حين خصص الفصل الثالث لنشاطات الرياضات الجماعية.

أما الجانب الثاني للدراسة فقد خصصه الباحث للجانب التطبيقي فتناوله في فصلين، خصص الأول إلى منهجية البحث، أماالفصل الثاني فيتعرض إلى النتائج المتوصل إليها ومناقشتهابالعودة إلى الإطار النظري للبحث.

و تتمحور أهداف هذه الدراسة حول النقاط التالية:

1-محاولة توضيح أهمية نشاطات الرياضات الجماعية ومدى تأثيرها على التوافق النفسي الاجتماعي لتلاميذ المرحلة الثانوية مع الوسط الذي يتمدرسون فيه.

2- إبراز دور نشاطات الرياضات الجماعية في النمو المنظم للتلميذ من الناحية النفسية والاجتماعية.

3- محاولة خلق جو اجتماعي بالمحيط المدرسي يسهل للمراهق الاندماج فيه، ويساعده على تحقيق ذاته من خلال تعامله مع الآخرين.

4- تحقيق الحاجات النفسية للمراهق من خلال ممارسة نشاطات الرياضات الجماعية.

5- تحسين العلاقات بين التلاميذ، وخلق علاقات جديدة بممارسة نشاطات الرياضات الجماعية.

وللتحقق من أهداف الدراسة وضع الباحث الفروض الآتية :

1-توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين التلاميذ الممارسين للرياضات الجماعية والتلاميذ غير الممارسين في التوافق النفسي الاجتماعي في المحيط المدرسي لصالح ا لوعة الممارسة.

2- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين التلاميذ الممارسين للرياضات الجماعية والتلاميذ غير الممارسين في السلوك التربوي الرياضيلصالح ا لوعة الممارسة.

3- يختلف مستوى التوافق النفسي العام للتلاميذ الممارسين للرياضات الجماعية باختلاف الجنس.

4-يختلف مستوى التوافق النفسي العام للتلاميذ الممارسين للرياضات الجماعية حسب نوع الرياضة الممارسة.

5- يختلف مستوى السلوك التربوي الرياضي للتلاميذ الممارسين للرياضات الجماعية باختلاف الجنس.

6- يختلف مستوى السلوك التربوي الرياضي للتلاميذ الممارسين للرياضات الجماعية حسب نوع الرياضة الممارسة.

- منهج الدراسة :

نظرا لطبيعة المشكلة المطروحة في هذه الدراسة استخدم الباحث المنهج الوصفي.

- عينة البحث:

أجري البحث على عينة من تلاميذ المرحلة الثانويةمن ثانويات ولاية بجاية، والبالغ عددهم (755) تلميذ وتلميذة. قسموا إلى مجموعتين :

- مجموعة ممارسة لنشاطات الرياضات الجماعية والبالغ عددهم (400)تلميذ وتلميذة، وقسمت بدورها حسب نوع الرياضة الممارسة إلى أربعة مجموعات:

- ممارسين لرياضة الكرة الطائرة (50ذ + 50ا).
-ممارسين لرياضة كرة السلة (50ذ + 50ا).
- ممارسين لرياضة كرة اليد (50ذ + 42ا).
- ممارسين لرياضة كرة القدم (50ذ + 13ا).
- مجموعة غير ممارسة لنشاطات الرياضات الجماعية والبالغ عددهم (400)تلميذ وتلميذة.

-وسائلجمعالبيانات:

لغرض تحقيق أهداف البحث المتمثلة في قياس التوافق النفسي الاجتماعي لدى تلاميذ التعليم الثانوي، استخدم الباحث نوعين من الاختبارات: الأول يتمثل في اختبار الشخصية للمرحلة المتوسطة والثانوية من إعداد عطية محمد هنا، والثاني يتمثل في مقياس تعديل السلوك الرياضي منإعداد الباحثة آلاء عبد الله حسين علي.

- الأدواتالإحصائيةالمستعملة:

استخدم الباحث الوسائل الإحصائية الآتية :

- حزمةالبرامجالإحصائيةSPSS14.0 -النسبةالمئوية.

- استنتاجات:

وفي ضوء النتائج استنتج الباحث ما يلي:

توجد فروق ذات دلالة إحصائية بينالمجموعتين الممارسة وغيرالممارسة فيما يخص التوافق النفسي لصالح المجموعة الممارسة.

- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بينالمجموعتين الممارسة وغيرالممارسة فيما يخص التوافق الاجتماعي لصالح المجموعة الممارسة.

- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين التلاميذ الممارسين للرياضات الجماعية والتلاميذ غير الممارسين في التوافق النفسي العاملصالح الممارسين.

- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين التلاميذ الممارسين للرياضات الجماعية والتلاميذ غير الممارسين في السلوك التربوي الرياضي بشكل عام لصالح الممارسين.

وان السلوك التربوي الرياضي بشكل عام و مستوى التوافق النفسي الاجتماعي لأفراد المجموعة الممارسة لنشاطات الرياضات الجماعية لا يختلف باختلاف الجنس

أما بخصوص الفروق الإحصائية بين الممارسين وغير الممارسين في التوافق حسب نوع الرياضة الجماعية الممارسة فقد أشارت النتائج إلى أن مستوى التوافق يختلف أحيانا باختلاف نوع النشاط الرياضي الجماعي الممارس.

- الاقتراحات:استنادا إلى نتائج هذه الدراسة وفي ضوء خبرات الباحث العلمية والعملية أوصى الباحث بعدد من التوصيات منها:

- زيادة اهتمام المسئولين على تنفيذ برامج التربية البدنية والرياضية في الطور الثانوي مفتشين وأساتذة التربية البدنية والرياضية، وكذا مدراء الثانويات وذلك بالتركيز على تطوير الجانب النفسي والاجتماعي للتلاميذ.

- اهتمام القيادات الرياضية (أستاذ ت.ب.ر أو مدرب) بتطوير الأساليب المتبعة أثناء تطبيق برامج الأنشطة الرياضية وخاصة الجماعية منها من تنمية متزنة لمختلف الجوانب للتلاميذ(الجانب النفسي، الاجتماعي، البدني، الانفعالي...).

- الاهتمام بتنظيم أكثر للدورات والبطولات الرياضية في الثانويات خاصة ذات جوائز قيمة، وذات تعديل في شروط اللعب لإعطاء الفرص أكثر للتلاميذ لتحقيق الحاجيات النفسية والاجتماعية بالتالي تحقيق مستوى أعلى من التوافق النفسي الاجتماعي بالوسط المدرسي.

- توفير الأنشطة الاجتماعية والثقافية في المدرسة، وتوفير جو من المنافسة الأخوية بين التلاميذ من أجل الوصول إلى إيجاد علاقات اجتماعية طيبة بينهم وبين زملائهم في الثانويات الأخرى من خلال المنافسات الثقافية والرياضية.

- عدم اقتصار ممارسة نشاطات الرياضات الجماعية على حصة التربية البدنية والرياضية فقط أو في مرحلة تعليمية معينة بل يجب أن تشتمل كل المستويات (ابتدائي، إكمالي، ثانوي) وأن تتعدى هذه الممارسة الإطار المدرسي إلى النوادي والفرق الرياضية.

- كما نوصي المسئولين عن التربية والتعليم بالاهتمام بتزويد المدارس والمؤسسات التربوية بالملاعب المختلفة والأدوات الرياضية التي تتيح للتلميذ فرصة مزاولة الأنشطة البدنية المختلفة التي تتفق وميولهم وقدراتهم.

وفي الأخير تشجيع الرياضة المدرسية وتطوير برامجها لما لها من أهمية تربوية.

مقـ ـ ـ ـ ـ ـ ـدمة:

تعتبر المدرسة إحدى أهم المؤسسات الاجتماعية الهامة بعد الأسرة لكونا تساهم في إتمام عملية التنشئة الاجتماعية للتلاميذ، كما أنا مؤسسة تعليمية تربوية مسئولة عن تحقيق بناء وتكوين الشخصية المتكاملة للتلاميذ بغية إعداد المواطن الصالح، ويتم ذلك عن طريق الاهتمام بعقل التلميذ وجسمه وانفعالاته، وسلوكه الاجتماعي والاهتمام بالبرامج والأنشطة التعليمية داخل المدرسة حتى تواجه احتياجاته النفسية والتعليمية والاجتماعية.

و الحياة العصرية مليئة بالتعقيدات وكثرة المطالب، وتصادف الإنسان يوميا عشرات المواقف التي تحتاج إلى مواجهة وحلول فورية، وان عدم قدرة الفرد على مواجهة تلك المواقف وإيجاد حلول لها قد لا يجعله يشعر بالضيق فحسب، بل أن الانفعالات تصل إلى درجة شديدة تشمل الفرد كله، وتؤثر في سلوكه وخبرته الشعورية ووظائفه الفسيولوجية الداخلية، وتتميز عندئذ بحالة من التوتر والتهيج.[1]

ويتفق علماء النفس ودارسوا السلوك الاجتماعي على أن التوافق بأبعاده المختلفة يعد من المعايير الأساسية، ومن ابرز العوامل في إحراز الارتقاء الحضاري، نظرا لما تحققه من سواء نفسي واجتماعي للفرد في إطار علاقته بذاته وبالمجتمع. فتحسن ظروف أي مجتمع نحو الأفضل لا يتأتى إلا بسلامة شخصيات أفراده وتمتعها بقدر كبير من الاتزان، وفي الغالب ينشأ سوء التكيف عندما تكون الأهداف ليست سهلة التحقيق، أو عندما تتحقق بطريقة لا يوافق عليها المجتمع.

وموضوع التوافق كان و مازال محور العديد من الدراسات التي تصدت له بالبحث والتحليل، نظرا لما تحققه من تطور وارتقاء على الصعيدين النفسي والاجتماعي، في جوهر نتاج عمليات مستمرة من التوافق والاستعدادات الفطرية للفرد،وعناصر التنشئة الاجتماعية خلال مراحل النمو المتعاقبة.

وبما أن مرحلة التعليم الثانوي تمثل مرحلة المراهقة التي بخصوصياتا ومميزاتا تتطلب درجة أكبر من الاهتمام، وذلك لما تكتسبه من أهمية في حياة الفرد، ففيها ينفرد النمو بوتيرة سريعة يؤدي إلى حدوث تحولات فسيولوجية عميقة، وفجائية تنعكس بدورها على النواحي المختلفة للشخصية،كاضطراب العلاقات الاجتماعية بين المراهقين والراشدين عامة من جهة، وعدم الاستقرار الانفعالي والتقلب المزاجي السريع، وتعدد الطموحات والرغبة في التحرر من الوصاية الأسرية من جهة أخرى، فهي إذن الجسر الذي ينقل المراهق أو المراهقة من عالم الطفولة إلى عالم الرجولة أو الأنوثة.

والنشاط الرياضي باختلاف نظمه وقواعده وألوانه، ميدانا هاما من ميادين إعداد الفرد التي تزوده بخبرات ومهارات واسعة تمكنه من التكيف مع مجتمعه.فالرياضات الجماعيةتمثل حاجة هامة لصحة الفرد النفسية لتحقيق التوافق بأبعاده المختلفة لدى هذه الفئة، بالنظر إلى المتعة التي تجلبها للمراهق من خلال الفرص التي

---

[1] - عنان محمود-**سيكولوجية التربية البدنية و الرياضية والنظرية والتطبيق والتجريب**- دار الفكر العربي القاهرة1995ص122

تتيحها له لإشباع مختلف الرغبات و الحاجات التي يتطلبها النمو في هذه المرحلة بصفة مقبولة اجتماعيا، كالحاجة إلى الانتماء، الحاجة إلى الاستقلال، الحاجة إلى إثبات النفس.

ولما كانت المرحلة الثانوية من أهم المراحل في حياة التلميذ والتي تتميز بالحساسية وسرعة الاستجابة كان لابد من الاهتمام المتزايد بها وبكل ما يساعد التلميذ من تحقيق مستوى عال من التوافق النفسي، لذا كان من الضروري أن يتجه الباحث إلى دراسة علاقة ممارسة نشاطات الرياضات الجماعية بعملية التوافق النفسي الاجتماعي لهذه الفئة داخل المحيط المدرسي، وخاصة أن نتائج بعض الدراسات دلت على أن هناك فروق معنوية بين بعض سمات الشخصية بين الممارسين للأنشطة الرياضية، وغير الممارسين، ومن هذه الدراسات دراسة ثناء فؤاد أمين حول العلاقة بين ممارسة الأنشطة الرياضية ونوعيتها، والتوافق الشخصي والاجتماعي لطالبات المرحلة الثانوية الفنية لشرق الإسكندرية، والتي أشارت نتائجها الإحصائية إلى وجود فروق دالة إحصائيا بين العينة الرياضية، والعينة غير الممارسة للنشاط الرياضي في التوافق الشخصي والاجتماعي، والتوافق العام لصالح العينة الرياضية.و في دراسة أجراها بوهرمان) Buhrman(عام1977 للتعرف على بعض جوانب الانحراف وعلاقاتها بالنشاط الرياضي لدى طالبات المرحلة الثانوية في إيواIawal ، أشارت النتائج إلى أن المشاركة الرياضية ذات علاقة ارتباط عكسي (سلبي) مع التدخين، تعاطي الكحول، الغشفي الامتحانات، الوقوع في متاعب مع الشرطة، كما أفادت النتائج أيضا أن درجة الأداء الرياضي ترتبطإيجابا مع السلوكات والأخلاق الحميدة المتعارف عليها[1]. كما أجرت ريتشاردسن)Richardson(دراسة على الطلاب المترددين على عيادة الأخصائي النفسي الاجتماعي، وأوضحت النتائج أن الطلاب ممن يحتاجون إلى استشارات نفسية لا توجد لديهم صلة بالأنشطة الرياضية أو الترويحية، ولقد استنتج أن الاشتراك في الأنشطة الترويحية والرياضية يحافظ على الاستقرار الانفعالي، والاتزان في اتخاذ القرارات.[2]

وبناءا على ما سبق ذكره وبإتباعنا لخطوات المنهج الوصفي، فان الفصل الأول من البحث يحاول وضع إطار منهجي لمشكل البحث، الذي يعمل على دراسة العلاقة بين ممارسة التلاميذ لأنشطة الرياضات الجماعية، وتوافقهم النفسي الاجتماعي داخل المحيط المدرسي، مما يساهم النمو السليم للتلاميذ، والرفع من مستوى التحصيل الدراسي لديهم. حيث ذكرت عفاف إبراهيم " أن ممارسة النشاط الرياضي بصورة منتظمة على أساس تربوي يمكن أن يؤدي إلى اكتساب التلاميذ فوائد كثيرة تعمل على التأثير الايجابي بالنسبة لمستوى تحصيلهم الدراسي "[3]

---

[1]- أمين أنور الخولي- **الرياضة والمجتمع**- عالم المعرفة ، الكويت 1996. ص: 267

[2]- أمين أنور الخولي نفس المرجع ص: 268

[3]-إبراهيم عفاف خليل-**تنظيم وإدارة النشاط الرياضي الخارجي لطالبات المرحلة الثانوية بالإسكندرية**-رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة حلوان، كلية التربية الرياضية للبنات، الإسكندرية،1979.ص 94

أما الجانب النظري للبحث فيحتوي على ثلاثة فصول تحيط بموضوع التوافق النفسي الاجتماعي لتلاميذ مرحلة التعليم الثانوي وعلاقتها بممارسة أنشطة الرياضات الجماعية والتي تمثلت في هذا البحث في الأربعة رياضات وهي : كرة القدم، كرة السلة ، الكرة الطائرة ، كرة اليد.

في الفصل الأول تعرض الباحث إلى تحديد مفهوم التوافق ببعديه النفسي و الاجتماعي بشكل عام، ثم لدى المراهق بشكل خاص. فكما هو معلوم أن التوافق النفسي هو جوهرة الصحة النفسية وهو عملية ديناميةمستمرة، يحاول فيها الفرد تعديل ما يمكن تعديله في سلوكه، وبيئته الشخصية والاجتماعية.[1]حددنا أيضا في هذا الفصل أهم المعايير المستخدمة من طرف الأشخاص العاديين، و كذا المختصين بدراسة السلوك البشري للتمييز بين حالات التوافق السوي و غير السوي للفرد.

التوافق عملية حيوية، وهامة في الحفاظ على الاتزان الذاتي للشخصية، وهناك عاملان رئيسيان يقفان وراء توافق الأشخاص، يتمثل العامل الأول في الفرد نفسه، بما في ذلك صحته النفسية والجسمية، وحاجاته وقدراته العقلية، أما العامل الثاني فيتمثل في البيئة المحيطة بالفرد خصوصا البيئة الاجتماعية كالمحيط الأسريوالمدرسي، والاجتماعي بوجه عام، وكل ما يحيط بالفرد.

كما تطرقنا في هذا الفصل إلى بعض الأساليب السلوكية التوافقية اللاشعورية، والتي تعرف أحيانا بميكانيزمات التوافق، أو حيل الدفاع النفسي، أو ردود الفعل الدفاعية، يستخدمها الفرد عند فشله في تحقيق أهدافه بفعل عوامل الإحباط والصراع هروبا من المواقف المؤلمة، هذه العوامل التي يعجز عن مواجهتها بأساليب مباشرة يبرر فشله منطقيا أمام نفسه و أمام الآخرين، و يتخلص من التوتر ويتحرر من القلق و الشعور بالذنب، و يشعر بالارتياح و التوافق مع الموقف.

في الفصل الثاني من هذا الجانب تم التعرض لموضوع المراهقة لكونها تمثل مرحلة التعليم الثانوي، وهي بمثابة الجسر الذي ينتقل من خلاله الفرد من مرحلة الطفولة إلي مرحلة الرشد، ولهذا من الطبيعي أن يتعرض المراهق لمشكلات عديدة، ومتاعب بدرجة قد تفوق غيرها من مشكلات عديدة خلال المراحل الأخرى من العمر، ويعود ذلك لكونه شخصا غير متكيفا لدوره الجديد في الحياة. حاول الباحث تحديد مفهوم المراهقة فذكر أهم تعريفاتاوالى الأنماط، والأشكالالمختلفة التي تأخذها هذه المرحلة في المتمعات المتمدنة، حسب الوسط الذييعيشه المراهق من مراهقة متكيفة ، عدوانية ، وانسحابية.

تتميز مرحلة المراهقة بتغيرات جسدية فسيولوجية وانفعالية، وعقلية، واجتماعية واضحة، وهي تأثر بشكل كبير علي المراهق، هذا الأخير الذي يجد أمامه مرحلة ليست كسابقتها، ولا بد عليه أن يعيشها بمشاكلها واضطراباتا النفسية والاجتماعية. وعليه قام الباحث بتحديد بشيء من الإيجاز أهم مظاهر النمو في هذه

---

[1] - سهير مصطفى - **تأثير المنهاج الدراسي على التوافق النفسي لطالبات كلية التربية الرياضية** -.بحث مجلة علوم وفنون الرياضة كلية التربية الرياضية للبنات بالقاهرة 1993ص4

المرحلة، النمو الجسمي،النمو الجنسي، النمو النفسي، النمو الانفعالي، النمو الاجتماعي، والنمو العقلي بشيء من الإيجاز.

وفي الأخير حاول الباحث إبراز العلاقة التي تربط المراهق بمختلف المؤسسات الاجتماعية كالأسرة و المدرسة، وجماعات الرفاق، خاصة الرياضية منها، فلهذه المؤسسات الاجتماعية تأثيرا قوي في تشكيل مفهوم المراهق عن ذاته، حيث توفر له فرصا لاختبار قواه، و اكتساب قدراته و جوانب عجزه و تصوره. و قد تعجز تلك المؤسسات في تقبل و تفهم الكثير من ميوله و اهتماماته، و أن تقوده إلى رؤية حسنة للقيم و المعاني، و لا تمكنه من استخدام معارفه المكتسبة على أرض الواقع، مما يبقيه عاجزا عن مجابة مشكلاته.

يتطرق الفصل الثالث إلى نشاطات الرياضات الجماعية فيحدد مفهومها ، ثوابتها، خصائصها، ثم لمحة بسيطة عن الأربعة رياضات المتناولة في هذا البحث وهي: كرة القدم، كرة السلة ، الكرة الطائرة ، كرة اليد.

ثم التطرق إلى محتوى البرنامج المدرسي للتربية البدنية والرياضية، من خلال الإشارة إلى درس التربية البدنية و الرياضية، الذي يعدبمثابة القاعدة الأساسية لتحقيق الأهداف،وتطبق في الدرس مفردات منهاج التربية البدنية و الرياضية المقررلأطوار المراحل الدراسية، خلال الحصص الأسبوعية المقررة لهذه الدروس.يحتوي الدرس على مجموعة من التمارين، والفعاليات، والمهارات الحركية المختلفة، طبقا لمراحل النمو، وتتماشى مع رغبات التلاميذ وميولهم، والفروق الفردية، والاختلافات الجنسية مع اختلاف الخطة من مرحلة إلى أخرى.[1]إضافة إلى درس التربية البدنية و الرياضية، هناك النشاط الرياضي الداخلي،وهو البرنامج الذي تديره المدرسة خارج المنهاج المدرسي لكل من تضمهم المدرسة، وهو تكملة لمنهاج التربية البدنية و الرياضية في الثانوية. أما النشاط الرياضي الخارجيفيخص التلاميذ الممتازين في الأداء الرياضي. تجري مباريات هذا النشاط على وفق قواعد، وشروط متفق عليها لغرض معرفة الفائز من بين المشتركين.

أما الجانب الثاني فقد خصصه الباحث للجانب التطبيقي فتناوله في فصلين، خصص الأول إلى منهجية البحث الذي يعد من البحوث الوصفية التي ترمي إلى قياس وتقدير الخصائص النفسية تقديرا كميا. حاول الباحث في هذا الفصل أولا التأكد من صلاحية أدوات البحث المستعملة لعملية قياس التوافق النفسي الاجتماعي، وهي اختبار الشخصية للمرحلة المتوسطة والثانوية لمحمد عطية هنا، واختبار قياس السلوك التربوي الرياضي للباحثة آلاء عبد الله حسين علي،عن طريق حساب ثباتا وصدقها، وتكييفه مع البيئة الجزائرية.

من المعروف أن الهدف الأساسي للبحث العلمي الأكاديمي، هو محاولة الوصول إلى الحقائق العلمية، والكشف عنها وذلك بدراسة العلاقات المتبادلة بين المتغيرات المختلفة، على هذا النحو يتعرض الفصل الثاني من الجانب التطبيقي إلى النتائج المتوصل إليها ومناقشتها بالعودة إلى الإطار النظري للبحث، وتم ذلك من خلال دراسة فرضيات البحث كل واحدة على حدا، حسب ترتيبها في الفصل التمهيدي للجانب النظري، ومناقشتها والتعليق على نتائجها بقدر من الموضوعية والأمانة العلمية الواجب توفرها في البحوث العلمية.

---

[1]- العاصي نزهان حسين ،مازن عبد الرحمن- **طرق التدريس** في **التربية الرياضية**- دار الكتب للطباعة والنشر، جامعة الموصل، 1987 ص32

وختام هذا الفصل أورد الباحث ملخص البحث الذي ضم فيه النتائج المتوصل إليها، ووضع توصيات واقتراحات مناسبة إلى ما توصل إليه خلال البحث، موجهة إلى المشرفين على قطاع التربية الوطنية بصفة عامة، وللمشرفين على الرياضة المدرسية بصفة خاصة كمحاولة لمساعدة التلاميذ من تجاوز هذه المرحلة بمستوى عالي من التوافق النفسي الاجتماعي . كما ضمن الباحث في متن رسالته بعض المواضيع البحثية التي تتصل بموضوع البحث بصلة مباشرة أو غير مباشرة أملا في ذلك أن تتلقى القليل من الجهد في دراستها والوقوف على اشكالياتنا من قبل باحثين آخرين.

الفصل التمهيدي

الإطار العام للدراسة

1- مشكلة الدراسة:

يمر الفرد منذ ولادته وحتى ينتهي به الأجل بمراحل مختلفة من النمو، تتفاعل خلالها استعداداته البيولوجية مع معطيات محيطه الاجتماعي، وبفضل هذه الحالة الدائمة من التطور يصبح شخصا قادرا على تحمل المسؤولية والتدرج نحو اكتساب الهوية.

والمراهقة حلقة من حلقات سلسلة الارتقاء الإنساني التي تمثل فترة ميلاد حقيقية، حيث تمثل مرحلة حرجة في حياة كل فرد مما يحدث فيها من اندفا عات و تغيرات وتوترات انفعالية حادة، كما أن هذه المرحلة تكثر فيها المشاكل النفسية والاجتماعية والمدرسية، والتي غالبا ما تعكر صفو حياة المراهق نفسه.

وبصفة عامة فإن خلال هذه المرحلة يحتاج المراهق لتنمية الذات والاستقرار الداخلي، والقدرة على التوفيق بين رغباته وأهدافه، وكذلك فيحاجة إلى توجيه وإلى تعلم العمل المنتج مع الآخرين، و اللعب معهم بالصورة التي تكفل له الإبداع و المتعة، وهذه الحالات تؤكد أهمية التربية البدنية و الرياضية بطبيعتها أداة فعالة في عملية إعداد الفرد للمجتمع، لأن جوهر الإنسان يهدف إلى استعمال ا لتمع من جميع النواحي.

وإذا بحثنا فكرة إعداد المواطن الصالح لوجدنا أن التربية البدنية لها دخلا كبيرا في تحقيقها، إذ أن المواطن لابد أن تتاح له الفرص لإثبات شخصيته، وأن ينال من أوجه التربية والرعاية الصحية والاجتماعية، والثقافية قسطا يدعم إيمانه بنفسه، ويفضل ا لتمع عليه، والتربية عملية مستمرة ينبغي أن يتناولها الفرد في كافة نواحي حياته سواء في أوقات عمله أو فراغه، سواء بمفرده أو مع الجماعة المتصل با.

والنشاط الرياضي و ما يصاحبه من لعب وسرور يلقي ميلا ورغبة من أفراد وجماعات، ولذا يعتبر من أهم النواحي للبرامج التي تقوم با الجماعات، وهدفه إيجاد الفرص المناسبة لإشباع ميل الفرد الطبيعي للنشاط البدني وتنمية جسمه، وإكسابه التناسق في حركاته، بجانب إكسابه صفات اجتماعية وخلقية متعددة، كالتعاون والنظام والتسامح والتغلب على الصعاب، والعمل من أجل الجميع. [1]

ففي دراسات لندرزو لندرز)'Landres et Landres(عام 1978، أبرزت النتائج التأثيرات المفيدة للمسابقات الرياضية في المدرسة في خفض معدلات الجنوح لدى الأحداث، وكانت النتائج قد أظهرت أن أعلى معدلات الجنوح كانت قد ظهرت بين فئة الطلاب الذين لا يمارسون الرياضة في برامج النشاط الداخلي في المدرسة، بينما أقل معدلات الجنوح كانت للطلاب الذين صنفهم الباحثان ضمن فئة الرياضيين وقادة الخدمات الرياضية بالمدرسة .

كما أجرت ريتشاردسن)Richardson(دراسة على الطلاب المترددين على عيادة الأخصائي النفسي الاجتماعي, وأوضحت النتائج أن الطلاب ممن يحتاجون إلى استشارات نفسية لا توجد لديهم صلة بالأنشطة

---

[1]- كمال الدين زكي ، محمد عادل حطاب- **التربية الرياضية للخدمة الاجتماعية**- دار النهضة العربية ، القاهرة 1965 ص: 39

الرياضية أو الترويحية، ولقد استنتج أن الاشتراك في الأنشطة الترويحية والرياضية يحافظ على الاستقرار الانفعالي، والاتزان في اتخاذ القرارات. [1]

ومن هنا فإن النشاطات الرياضية بمختلف تخصصاتا تسعى إلى تحقيق الصحة بمفهومها الشامل التي تتضمن الصحة البدنية، والعقلية والنفسية والاجتماعية، وتدف كذلك إلى إكساب الصفات الخلقية التي يتأسس عليها بناء العلاقات الاجتماعية، والمبادئ الخلقية المتماشية مع المثل العليا للمجتمع،ومحاولة منا لمعرفة الدور الذي تلعبه ممارسة نشاطات الرياضات الجماعية في تحقيق التوافق النفسي الاجتماعي للمراهقين في محيطهم المدرسي تم طرح الإشكالية التالية:

1-هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين التلاميذ الممارسين للرياضات الجماعية والتلاميذ غير الممارسين في التوافق النفسي الاجتماعي في المحيط المدرسي ؟

2- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين التلاميذ الممارسين للرياضات الجماعية والتلاميذ غير الممارسين في السلوك التربوي الرياضي ؟

وانطلاقا من هذه الإشكالية تم طرح التساؤلات التالية:

1-هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية بينالتلاميذ الممارسين للرياضات الجماعية والتلاميذ غير الممارسين في التوافق النفسي؟

2-هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية بينالتلاميذ الممارسين للرياضات الجماعية والتلاميذ غير الممارسين في التوافق الاجتماعي؟

3-هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين التلاميذ الممارسين للرياضات الجماعية والتلاميذ غير الممارسين في السلوك التربوي الرياضي خلال حصة التربية البدنية والرياضية؟

4-هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين التلاميذ الممارسين للرياضات الجماعية والتلاميذ غير الممارسين في السلوك التربوي الرياضي خلال النشاط الرياضي الداخلي؟

5- هل يختلف مستوى التوافق العام (النفسي الاجتماعي) للتلاميذ الممارسين للرياضات الجماعية باختلاف الجنس؟

6- هل يختلف مستوى التوافق العام (النفسي الاجتماعي) للتلاميذ الممارسين للرياضات الجماعية باختلاف نوع الرياضة الممارسة؟

7- هل يختلف مستوى السلوك التربوي الرياضي للتلاميذ الممارسين للرياضات الجماعية باختلاف الجنس؟

8- هل يختلف مستوى السلوك التربوي الرياضي للتلاميذ الممارسين للرياضات الجماعية باختلاف نوع الرياضة الممارسة؟

---

[1]-أمين أنور الخولي- **الرياضة والمجتمع** - مرجع سابق ص: 268

2- فرضياتالدراسة:

بناءا على التساؤلات المطروحة في إشكالية الدراسة، تم صياغة فرضيات البحث على الشكل التالي:

1-توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين التلاميذ الممارسين للرياضات الجماعية والتلاميذ غير الممارسين في التوافق النفسي الاجتماعي في المحيط المدرسي لصالح الـوعة الممارسة.
2- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين التلاميذ الممارسين للرياضات الجماعية والتلاميذ غير الممارسين في السلوك التربوي الرياضيلصالح الـوعة الممارسة.

الفرضيات الجزئية:

1- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بينالـموعتين الممارسة وغيرالممارسة فيما يخص التوافق النفسي لصالح الـموعة الممارسة.
2-توجد فروق ذات دلالة إحصائية بينالـموعتين الممارسة وغيرالممارسة فيما يخص التوافق الاجتماعيلصالح الـموعة الممارسة.
3- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الـموعتين الممارسة وغير الممارسة فيما تخص السلوك التربوي الرياضي خلال حصة التربية البدنية والرياضيةلصالح الـموعة الممارسة.
4-توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الـموعتين الممارسة وغير الممارسة فيما تخص السلوك التربوي الرياضي خلال النشاط الرياضي الداخليلصالح الـموعة الممارسة.
5- يختلف مستوى التوافق النفسي العام للتلاميذ الممارسين للرياضات الجماعية باختلاف الجنس.
6-يختلف مستوى التوافق النفسي العام للتلاميذ الممارسين للرياضات الجماعية باختلاف نوع الرياضة الممارسة.
7- يختلف مستوى السلوك التربوي الرياضي للتلاميذ الممارسين للرياضات الجماعية باختلاف الجنس.
8- يختلف مستوى السلوك التربوي الرياضي للتلاميذ الممارسين للرياضات الجماعية حسب نوع الرياضة الممارسة.

3-أهمية الدراسة:

تعد دراسة التوافق النفسي الاجتماعي ذات أهمية من حيث مواجهة المشكلات، والأزمات النفسية وبعض المواقف الحياتية المختلفة، وتلاميذ مرحلة التعليم الثانوي هم أحوج الفئات للتوافق النفسي، لان هده المرحلة تتميز بشدة الانفعالات المزاجية، وتقلبها واندفاعها، وحساسيتها مما يكون له أثره السيئ على مستوى توافقه بشكل عام، وتحصيله الدراسي بشكل خاص.

وانطلاقا من مسلمة مفادها أن الاهتمام بالصحة الجسمية وحدها لا يكفي لتحقيق حياة مشبعة، بل لابد من أن يصاحبها مستوى مناسب من الصحة النفسية السليمة.دفعتنا للقول بان حياة الفرد وهو سقيم نفسيا لا تقل ضررا عن حياة يحياها هذا الفرد وهو عليل الجسم. بل الصحة النفسية السليمة قد تساعد وتون من قسوة

المرض العضوي. ومن هنا كانت فكرة وهدف البحث الذي يتضمن التعرف على تأثير ممارسة نشاطات الرياضات الجماعية على تحقيق مستوى عالي من التوافق النفسي لتلاميذ مرحلة التعليم الثانوي.

وعليه فإن أهمية هذا البحث تكمن بالدرجة الأولى في الأهمية البالغة التي يجب أن نوليها للمراهق كفرد من أفراد المجتمع، فصعوبة هذه المرحلة الحساسة التي يكون فيها التلميذ معرض للانفجارات الانفعالية، والتذبذب في العلاقات الاجتماعية، بالتالي احتمال إصابته بمختلف الأمراض النفسية أو الانحرافات السلوكية، يستلزم على كل باحث خاصة في الميدان التربوي تسليط الضوء عليها من كل الجوانب، وهذا من أجل مساعدة المراهق لتخطي هذه المرحلة الصعبة بنجاح وبطرق سليمة، لأن أي خلل في هذه المرحلة ينعكس مباشرة على شخصية التلميذ بصفة عامة، وعلى مردوده الدراسي بصفة خاصة.

4- أهداف الدراسة:

تتمحور أهداف هذه الدراسة حول النقاط التالية:

1-محاولة توضيح أهمية نشاطات الرياضات الجماعية ومدى تأثيرها على التوافق النفسي الاجتماعي لتلاميذ المرحلة الثانوية مع الوسط الذي يتمدرسون فيه.

2- إبراز دور نشاطات الرياضات الجماعية في النمو المنظم للتلميذ من الناحية النفسية والاجتماعية.

3- محاولة خلق جو اجتماعي بالمحيط المدرسي يسهل للمراهق الاندماج فيه، ويساعده على تحقيق ذاته من خلال تعامله مع الآخرين.

4- تحقيق الحاجات النفسية للمراهق من خلال ممارسة نشاطات الرياضات الجماعية.

5-خلق دوافع جديدة تعمل على إنماء شخصية المراهق، وإكسابه مهارات واتجاهات نافعة.

6- تحسين العلاقات بين التلاميذ، وخلق علاقات جديدة بممارسة نشاطات الرياضات الجماعية.

5- المفاهيم المرتبطة بالدراسة:

1-التوافق: التوافق مصطلح يشير إلى قدرة الفرد على التوفيق بين رغباته، وأهدافه من جهة، وبين الخصائص المادية والاجتماعية التي يعيش في وسطها من جهة أخرى.

ويعرفه صلاح مخيمرأنه مصطلح مرادف لمصطلحي السوية والصحة النفسية، طالماأنالشخص المتوافق سوي وينعم بالصحة النفسية.[1]

ويرى مصطفى فهمي أن التوافق عملية ديناميكية مستمرة يهدف بها الفرد إلى تغيير سلوكه، ليحدث علاقة أكثر توافقا بينه وبين البيئة، وهي كل ما يحيط بالفرد والتي تؤثر فيه ويتأثر بها.[2]. ويشمل التوافق بعدين:

1-صلاح مخيمر -**الإيجابية كمعياروحيد وأكيد لتشخيصالتوافقعند الراشدين**- مكتبة لأنجلو المصرية،1984القاهرة.ص5

2-مصطفى فهمي - **التكيف النفسي** - ط2، مكتبة مصر، القاهرة ص 125

1-1- التوافق الشخصي: هي تلك العملية التي يحقق بها الفرد حالة من الاتزان مع نفسه، ويظهر ذلك في أن يكون واثقا منها معتمدا عليها في مواجهة المواقف التي يتعرض لها، كما يظهر في ميله إلى التحرر والواقعية والانتماء، والانبساط. [1]

بينما يعرفه محمود أبو النيل ومجدةأحمدمحمودأنه قدرة الفرد على إقامة علاقاتمناسبة ومسايرةلأعضاء الجماعة التي ينتمي إليها، ويحظى في نفسالوقت بتقدير وتكريم واحتراماالجماعة لأرائهواتجاهاته[2]. **1-2- التوافق الاجتماعي:** هو تلك العملية التي يحقق بها الفرد نوعا من التوازن في علاقاته التي يستطيع من خلالها إشباع حاجاته في حدود ثقافة المجتمع وعاداته وتقاليده.

ويعرفه أحمد زكي بدوي بتلك العملية الاجتماعية التي تتضمن نشاط الأفراد والجماعات، وسلوكهم التحرري إلى الملائمة، والانسجام بين الفرد وبين جملة أفراد، وبيئتهم أو بين الجماعات المختلفة، فمن الضروري أن يتكيف الأفراد لما يسود مجتمعهم من عادات، وأذواق، وأراء واتجاهات، حتى تسير جوانب الحياة الاجتماعية فيتوافق.[3]

2-المراهقة: المراهقة مصطلح وصفي يقصد به مرحلة معينة تبدأ بنهاية الطفولة، وتنتهي بابتداء مرحلة النضج أو الرشد، أي المراهقة هي المرحلة النهائية لنمو الفرد غير الناضج جسمياوانفعاليا، وعقليا، واجتماعيا، نحو بدأ النضج الجسمي والعقليوالانفعالي.[4]

وتعد مرحلةالمراهقة من مراحل النمو المهمة والمؤثرة في حياة كل من الذكور والإناث، نظراً لمايعتريها من تغيرات، وتطورات نمائية هائلة، وسريعة تشمل كل جوانب الشخصية، ومكوناتا.وبالتالي فإنه تتحدد فيها كل المظاهر، والسمات الشخصية الأساسية. وتقع مرحلةالمراهقة بين مرحلتي الطفولة والرشد، حيث يتحول فيها الطفل الذكر إلى شاب ناضج،وتتحول فيها الطفلة إلى أنثى ناضجة. وبالتالي فإن مرحلة المراهقة تقع تقريباً فيالفئة العمرية من (12-21) سنة. وهي تبدأ عادة بمظاهر البلوغ الأولية والثانوية لدىكل من الجنسين، وإن كانت تبدأ مبكراً لدى الإناث عنها لدى الذكور بحوالي عام أوعامين، ولذلك فإنن يكملنها قبل الذكور أيضاً بنفس المدة التي بدأن بها.

ويميل معظم علماء علمالنفس النمو إلى تقسيم مرحلة المراهقة بصفة عامة إلى ثلاث مراحل نمائية فرعيةمتتابعة هي:

مرحلة المراهقة المبكرة من سن(12- 15)سنة، وهي تواكب في تزامنها مرحلة التعليم المتوسط .

مرحلة المراهقة الوسطى من سن(15- 18)سنة، وهي تواكب في تزامنها مرحلة التعليم الثانوي .

1عبد الغني الخطيب - **الطفل المثالي في الإسلام**- بدون سنة، المثلث الإسلامي ص 72

[2]محمود أبو النيل، ومجدة أحمد-**الصحة النفسية، الأمراض والمشكلات النفسيةوالاجتماعية**- دار الفكر العربي، القاهرة1985 ص 19

[3]أحمد زكي بدوي- **معجم مصطلحات العلوم الاجتماعية**-ط1، مكتبة لبنان، بيروت، 1978 ص 280.

[4]أحمد زكي صالح - **علم النفس التربوي** - مكتبة النهضة العربية، ط2،مصر 1960ص 193.

مرحلة المراهقة المتأخرة من سن(18- 21)سنة، وهي تواكب في تزامنها مرحلة التعليم الجامعي.

هذا وسوف يتمالاقتصار في الدراسة الحالية على تناول شريحة المراهقين والمراهقات في مرحلةالمراهقة الوسطى نظراً لكثرة وشدة التغيرات والتطورات النمائيةالمرتبطة بذه المرحلة بالذات.

3-التلميذ:كما جاء في المعجم الوسيط التلميذ هو الذي يتتلمذ لغيره بحيث نقول تلميذ لفلان وعنده، بمعنى كان تلميذا له، والتلميذ هو الخادم للأستاذ من أهل العلم أو الفن أو الحرفة أو هو طالب العلم، أو نقول تلميذ بمعنى مجموع الأفراد الذين يختبرون فيما اختاره المربون والمتمع لنموهم من معارف ومهارات وميول خلال التربية المدرسية، وإن شخصيته أيضا وما يتصفون به من قدرات خاصة وحاجات سلوكية يومية تصنع من الفئات الأخرى بالمدرسة ما نسميه هنا بالجو أو المناخ التربوي أو المناخ الاجتماعي ومن هنا يمكن أن نقول أن التلميذ هو كل شخص يتابع دراسته بمؤسسة تعليمية بدف التعلم أو التكوين، وقد يكون هذا التلميذ أو المتعلم طفلا، أو مراهقا أو راشدا. و يستعمل اللفظ (التلميذ) في الجزائر بالإشارة إلى المتمدرسين بالتعليم الأساسي والثانوي، أما في التعليم الجامعي فتستعمل لفظ (الطالب). كما يفيد اللفظ من جهة ثانية إلى وجود طرفين في العملية التعليمية وهما التلميذ، والمعلم أو الأستاذ كنوع من التبعية المعرفية،والاستلاب إن لم نقل الخضوع لسلطة هذا الأخير (الأستاذ)، أي خضوع الطرف الأول (التلميذ) إلى الطرف الثاني (الأستاذ) ، وهذا ما عبرت عنه الكتابات الكلاسيكية الفعلية، والتي جرت العادة أن تقدم التلميذ على أنه مجرد وعاء فارغ أو صفحة بيضاء قابلة للحشو الآلي للمعرفة، دون مراعاة لأي شرح أو مؤثر داخلي يحكم طبيعة وشخصية هذا التلميذ ، ودون مراعاة مكونات التلميذ البيولوجية والسيكولوجية، فمثلا التعاطي لفعل التعلم من قبل التلميذ الطفل يختلف جذريا عن تعاطي الفعل التعليمي من طرف المراهق وهذا الأخير كذلك يختلف عن الراشد وهكذا .... لكن ما يهما نحن إبراز الجوانب المؤثرة في التلميذ وفي سلوكاته انطلاق من اعتبار أن المراهقة هي الرحلة العمرية التي تؤطر التلاميذ لهذا البحث أي مرحلة التعليم الثانوي (تقريبا مابين 15 و21 سنة).

4- الممارسين للنشاط الرياضي: ويقصد به التلاميذ الذين يمارسون إحدى نشاطات الرياضات الجماعية التالية: (كرة القدم، كرة السلة، الكرة الطائرة،كرة اليد) خارج الثانوية بصورة منتظمة ودائمة في نادي أو فريق رياضي، بدف المشاركة في البطولات بصرف النظر عن المستوى، أو درجة البطولة، أو النتائج المحققة، أو مكانة اللاعب في الفريق.

5- غير الممارسين للنشاط الرياضي :ويقصد به التلاميذ الذين لا يمارسون لنشاطات الرياضات الجماعية بكل أنواعها بصورة منتظمة في فريق أو نادي رياضي، بدف المشاركة في البطولات بصرف النظر عن ممارسة الأنشطة الرياضية من الناحية الترويحية، وخلال درس التربية البدنية والرياضية .

6- الرياضات الجماعية : هي نشاط رياضي ذو طابع جماعي يشترك فيه أكثر من شخص واحد في جو تنافسي، لتحقيق هدف جماعي مشترك، ويحصل فيها تفاعل كبير بين الرياضيين، وهذا التفاعل ينتج عنه ما

نسميه بالديناميكية الجماعية، حيث يتحقق فيها تنظيم علاقة الفرد الواحد بالفريق الذي ينتمي إليه، وتنظيم دقيق لعلاقة الفرد بالخصم.

وتتميز الرياضات الجماعية عن باقي النشاطات الرياضية بطابعها الجماعي، والتنافسي الذي يكون في شكل مقابلة بين فريقين متجانسين يغلب عليها الجانب الترفيهي أو الترويحي، وبقوانين تضبطها وتحدد صفة الاتصال المسموح به مع الزملاء، والاحتكاك بالخصم.

وهي كوسيلة تربوية مهمة تساهم في التطوير الإيجابي للعديد من الجوانب عند الفرد سواء كانت جسمية، نفسية، اجتماعية أو تربوية(سلوكية).

7- **المحيط المدرسي (المناخ المدرسي):** إن منطق كل فعل تربوي داخل المؤسسة التعليمية هو خلق مناخ مدرسي سليم من الناحية النفسية، ومثير من الناحية المعرفية. ويقصد بالمناخ المدرسي الأجواء النفسية التي تحدث نتيجة تفاعل معطيات البيئة المدرسية: البشرية والتربوية والشكلية / المادية معا ، بصيغ بنائية محددة وأدوار مميزة في نوعها وتركيزها ، تؤدي في كل مرة صيغ التفاعل الموظفة والأدوار المميزة للمعطيات المدرسية خلاله إلىإحداث نوع معين من المناخات المدرسية، فالتفاعل الحر العفوي لمعطيات البيئة المدرسية الذي يتم بتوجيه الإدارة المدرسية ينتج عنه على سبيل المثال مناخ تنظيمي /إداري مفتوح، أما التفاعل الموجه مباشرة من الإدارة المدرسية وحسب تعليمات مركزية صارمة منها يوجد مناخا تنظيميا / إداريا مركزيا متسلطا وبالمقابل، إذا تفاعلت المعطيات المدرسية بصيغ متوازنة هادئة وبمبادرة عوامل تربوية مثل المعلمين، والتلاميذ واستخدام مكثف للمنهج ومواده التربوية المتنوعة،فإن هذا ينتج مناخا،تربويابناءا والمناخ المدرسيمن الناحية الاجتماعية يمكن وصفه في أربعةأنواع:

1- مناخ مباشر، محكوم وموجه من مدير المدرسة، وهو في الغالب ذو وظيفة روتينية إدارية أو أنه متسلط مستبد، وذلك حسب سلوك الإدارة المدرسية الروتينية في الحالة الأولى، أو المركزي المتزمت في الثانية.

2- مناخ مبتكر مجدد: بينما تفتقد المركزية هنا، يطلق العنان لأفراد وجماعات البيئة المدرسية للابتكار، ويمتاز هذا المناخ بالتعاون والتضامن والتفاهم المتبادل لدور وقيمة كل فرد أو فئة مكونة للمناخ الاجتماعي للمدرسة.

3- مناخ انتمائي: وفيه ينتمي أفراد الـتمع المدرسي لمؤسستهم المدرسية، حيث يوجه هذا الشعور سلوكهم للتعاونالمشترك والعمل معا لتحقيق الأهداف و المسؤوليات المقترحة لها.

4- مناخ عملي: يتميز بموضوعية التعاون ورسميته غالبا، ليس بين الإدارة والمعلمين فقط، بل بين كافة القوى البشرية المكونة للبيئة المدرسية. إن الأمر الوحيد الذي يركز عليه الجميع ويجسد مادة تعلمهم اليومي هو المهمات والمسؤوليات التربوية والإداريةالملقاة على عاتقهم وما يتصل با.

الباب الأول
الجانب النظري والدراسات المشابهة

الفصل الأول

الدراسات السابقة والمشابهة

تمهيد:

تعتبرالدراسات السابقة من أهم المحاور التي يتطرق إليها الباحث في بحثه، وتعتبر وسيلة للمقارنة والحكم والإثبات والنفي في كل دراسته.

ففي هذا الفصل حاول الباحث إيجاد بعض الدراسات السابقة سواء بالعربية أوالأجنبية،و المتعلقة بموضوع الدراسة والتي تناولت متغيرين هما التوافق النفسي الاجتماعي وكذلك ممارسة نشاطات الرياضات الجماعية،وهذا من اجل توضيح العلاقة الموجودة بينهما، وكذلك معرفة منهج وإشكالية وفروض البحث وكيفية اختيار العينة والوسائل الإحصائية المستعملة... الخل كل دراسة.

أ- الدراسات العربية:

الدراسة الأولى: تأثير الممارسة الرياضية على التوافق النفسي لطلاب المرحلة الثانوية في **دولة الكويت.**
بحث مقدم من: عبد الرحيم ذياب، بحث **منشور** في **المجلة العلمية للتربية البدنية و الرياضية.كلية التربية الرياضية للبنين** بالهرم، **جامعةحلوان، العدد 21 مصر،1994.ص143**

أهدافالدراسة:تحددت أهداف هذه الدراسة في الإجابة على الأسئلة العلمية التالية**:**

- هل هناك فروق ذات دلالة إحصائية في درجة التوافق النفسي بين الممارسين للأنشطة الرياضية وغير الممارسين من طلاب المرحلة الثانوية في دولة الكويت ؟
- هل هناك فروق ذات دلالة إحصائية في درجة التوافق النفسي بين الممارسين للأنشطة الجماعية والأنشطة الرياضية الفردية من طلاب المرحلة الثانوية في دولة الكويت ؟

أدوات الدراسة:

استخدم الباحث الأدوات التالية في الدراسة:

- استمارة قياس المستوى الاجتماعي (الاقتصادي والثقافي) والذي أعده صلاح مخيمر لاعتبار المستوى الاجتماعي من ضمن المتغيرات المؤثرة في التوافق النفسي.
- اختبار الشخصية لقياس التوافق النفسي والذي أعده بالعربية محمد عطية هنا نقلا عن اختبار كاليفورنيا للشخصية.

عينة البحث:

تتكون عينة البحث من 368 طالبا من الصفين الثالث والرابع الثانوي بمدارس دولة الكويت من مختلف المناطق التعليمية،تم اختيارها بطريقة عشوائية واشتملت العينة على مجموعتين:

- المجموعة الأولى وتتكون من 187 طالبا من الممارسين للأنشطة الرياضية بالأندية الرياضية الكويتية منهم 92 طالبا يمارسون الأنشطة الرياضية الجماعية (كرة القدم،كرة السلة،كرة الماء،الكرة الطائرة)و89 طالبا يمارسون الأنشطة الرياضية الفردية (العاب القوى،السباحة،التنس الأرضي،الجمباز).

- المجموعة الثانية وتتكون من 187 طالبا لا يمارسون الأنشطة الرياضية ولم يسبق لأحد منهم أن مارس أي نشاط رياضي ولو بصفة متقطعة.

خلاصة النتائج:

من خلال نتائج الدراسة وجد الباحث أن:

- تأثير الممارسة للأنشطة الفردية هو السبب الوحيد الذي اظهر الفرق المعنوي في التوافق النفسي والتوافق الشخصي بين الممارسين وغير الممارسين للأنشطة الرياضية من طلاب المرحلة الثانوية في دولة الكويت والذي كان لصالح الطلاب الممارسين.

- كما استنتج الباحث أن الممارسة الرياضية بصفة عامة وممارسة الأنشطة الرياضية بصفة خاصة لها تأثير في رفع درجة التوافق النفسي لطلاب المرحلة الثانوية في دولة الكويت وخاصة في درجة التوافق الشخصي، وان ممارسة الطلاب للأنشطة الرياضية الجماعية والأنشطة الرياضية الفردية ليست لها أي فعالية في رفع درجة التوافق الاجتماعي.

- كما استنتج الباحث أن ممارسة الأنشطة الرياضية الجماعية لم تسفر عن أي تأثير ايجابي في رفع درجة التوافق النفسي أو التوافق الاجتماعي أو التوافق الشخصي لطلاب المرحلة الثانوية في دولة الكويت.

الدراسة الثانية: دراسة احمد أمين فوزي "اثر التدريب الرياضي في التوافق النفسي لتلاميذ المرحلة الإعدادية" بحث منشور في مؤتمر علمي بكلية التربية الرياضية بنين الإسكندرية 1980.

اشتملت عينة الدراسة على 500 طالب اختيروا بطريقة عشوائية، من تلاميذ الصفين الثاني والثالث الإعدادي بمدارس شرق ووسط الإسكندرية، منهم250 طالب رياضي، و250 طالب غير رياضي، كما تضمنت أدوات البحث على اختبار الشخصية للمرحلة الإعدادية والثانوية لقياس التوافق النفسي من إعداد عطية هنا، واستمارة المستوى الاقتصادي والاجتماعي، والثقافي من إعداد صلاح مخيمر، وقد أشارت أهم النتائج الإحصائية إلى وجود فرق معنوي في درجة التوافق النفسي بين لتلاميذ المنتظمين في التدريب الرياضي، وغير المنتظمين في التدريب الرياضي، كما وجدت فروق معنوية في درجة التوافق الشخصي لصالح الممارسين للأنشطة الفردية عن الممارسين للأنشطة الجماعية.

الدراسة الثالثة:دراسة ثناء فؤاد أمين "دراسة العلاقة بين ممارسة الأنشطة الرياضية ونوعيتها، والتوافق الشخصي والاجتماعي لطالبات المرحلة الثانوية الفنية لشرق الإسكندرية للعام الدراسي 1980-1981- بحث منشور في مجلة جامعة حلوان ديسمبر 1982.

اشتملت عينة الدراسة على 84 طالبة من المدارس الثانوية الفنية لشرق الإسكندرية(18 طالبة تمارس الجمباز، 24 تمارس الكرة الطائرة، 42 لا تمارس الرياضة). وتضمنت أدوات الدراسة عل اختبار المرحلة الإعدادية والثانوية من إعداد عطية محمد هنا.

وقد أشارت النتائج الإحصائية إلى وجود فروق دالة إحصائيا بين العينة الرياضية، والعينة غير الممارسة للنشاط الرياضي في التوافق الشخصي والاجتماعي، والتوافق العام لصالح العينة الرياضية.

الدراسة الرابعة: دراسة مقارنة لبعض سمات الشخصية بين الرياضيين وغير الرياضيين.

بحث مقدم من: تيمور احمد راغب الصف- رسالة ماجستير في التربية الرياضية.كلية التربية الرياضية للبنين بالقاهرة- جامعة حلوان مصر،1977.

تتحدد أهداف هذه الدراسة في محاولة الإجابة على الأسئلة التالية:

- هل تختلف القدرة العقلية العامة لدى الرياضيين عن غير الرياضيين؟
- هل يختلف الرياضيون الممارسون لكل من لعبة كرة القدم، كرة السلة، والكرة الطائرة عن غير الرياضيين في سمات الشخصية موضوع البحث؟
- هل هناك اختلاف في سمات الشخصية اللاسوية (توهم المرض، الانقباض، الهستيريا، الهوس الخفيف، كما يقيسها مقياس الشخصية المتعدد الأوجه) بين الرياضيين وغير الرياضيين؟
- هل يختلف كل من لاعبي كرة القدم ولاعبي كرة السلة ولاعبي الكرة الطائرة عن غير الرياضيين في سمات الشخصية موضوع البحث؟

عينة البحث:

اشتملت عينة البحث 110 فرد من الذكور المصريين اختيروا بطريقة عمدية عشوائية مقسمة إلى مجموعتين بالشكل التالي:

أ- مجموعة الرياضيين وتتكون من 52 رياضي من لاعبي المنتخبات القومية المسجلين بسجلات الاتحادات الرياضية المصرية ويتوزعون كالآتي:

- 23 لاعب كرة القدم.
- 17 لاعب كرة السلة.
- 12 لاعب الكرة الطائرة.

ب- مجموعة غير الرياضيين وتتكون من 58 فردا من طلاب كلية التربية بجامعة الأزهر لا يمارسون أي نشاط رياضي أو أي نشاط آخر.

أدوات الدراسة:

استخدم الباحث لقياس فرضيات البحث مايلي:

- اختبار القدرة العقلية العامة من إعداد احمد عبد العزيز سلامة وضياء الدين أبو الحب.

- اختبار الشخصية المتعدد الأوجه اقتباس عطية محمود هنا وآخرون وقد استخرج منه الباحث 4 مقاييس لقياس توهم المرض، والانقباض والهستيريا، والهوس الخفيف.

خلاصة النتائج:

توصلت الدراسةإلى:

- يتميز الرياضيون عن غير الرياضيين في القدرة العقلية العامة.
- لاعبي كرة القدم،كرة السلة، الكرة الطائرة يتميزون بالقدرة العقلية العامة عن غير الرياضيين.
- الرياضيون اقل تميز في سمات الشخصية المرضية عن غير الرياضيين.
- لاعبي كرة القدم اقل تميزا عن غير الرياضيين في سمات الشخصية المرضية.
- لاعبي الكرة الطائرة اقل تميزا عن غير الرياضيين في سمات الشخصية المرضية.

الدراسة الخامسة: تأثير النشاط الرياضي على التوافق النفسي العام لطلاب جامعة عين شمس.

دراسة قام بها: سامي غنيم محمد مطاوع ، رسالة ماجستير كلية التربية الرياضية للبنين ،جامعة الزقازيق مصر1991.

أهداف الدراسة: تدف الدراسة الحالية إلى:

الكشف عن أهمية النشاط الرياضي في مواجهة المشكلات والأزمات النفسية وبعض المواقف الحياتية المختلفة للشباب الجامعي باعتباره أحوج الفئات للتوافق النفسي (الشخصي والاجتماعي) نظرا لما تتميز به هذه المرحلة منشدة الانفعالات المزاجية وتقلبها واندفاعها وحساسيتها مما يكون له أثره السيئ على مستوى توافقه بشكل عام.

مشكلة الدراسة: تتحدد مشكلة الدراسة في التساؤلات التالية:

1-هل توجد فروق دالة إحصائيا بين الطلبة الممارسين وغير الممارسين للنشاط الرياضي بالجامعة في التوافق النفسي العام وأبعاده ؟

2- هل توجد فروق دالة إحصائيا بين الطلبة الممارسين و الطالبات غير الممارسات للنشاط الرياضي بالجامعة في التوافق النفسي العام وأبعاده ؟

3- هل توجد فروق دالة إحصائيا بين الطلبة الممارسين والطالبات الممارسات للنشاط الرياضي بالجامعة في التوافق النفسي العام وأبعاده ؟

4- هل توجد فروق دالة إحصائيا بين الطلبة غير الممارسين و الطالبات الممارسات للنشاط الرياضي بالجامعة في التوافق النفسي العام وأبعاده ؟

5- هل توجد فروق دالة إحصائيا بين الطلبة غير الممارسين و الطالبات غير الممارسات للنشاط الرياضي بالجامعة في التوافق النفسي العام وأبعاده ؟

6- هل توجد فروق دالة إحصائيا بين الطالبات الممارسات وغير الممارسات للنشاط الرياضي بالجامعة في التوافق النفسي العام وأبعاده ؟

7- هل توجد فروق دالة إحصائيا بين الطلبة الممارسين للنشاط الرياضي الجماعي والفردي في التوافق النفسي العام وأبعاده ؟

8- هل توجد فروق دالة إحصائيا بين الطالبات الممارسات للنشاط الرياضي الجماعي والفردي في التوافق النفسي العام وأبعاده ؟

العينة والإجراءات:

أخذت العينة من الكليات العملية والنظرية الممارسين للرياضة وغير الممارسين البنين والبنات ولتجانس العينة وثبات بعض المتغيرات ساوى الباحث في عدد الطلاب والطالبات والكليات العملية والنظرية واستخدام الممارسين لنفس الألعاب بين البنين والبنات وثبت السن واستبعد المميزين اقتصاديا واجتماعيا وثقافيا والمعاقين والذين يمرون بظروف اجتماعية قد تأثر على الدراسة كما استبعد المقيمين بالمدن الجامعية وراعى أن تكون العينة تمثل مجتمع البحث وهو طلاب جامعة عين شمس وكان حجم العينة 180 طالبا وطالبة تم اختيارهم اختيار عشوائي (غير الرياضيين) وذلك لطلاب الجامعة في العام الدراسي الجامعي 1990/1989م.

- تطبيق أدوات الدراسة.

رصد النتائج ومعالجتها إحصائيا باستخدام معاملات الارتباط،و اختبار - ت- .

الأدوات:استعمل الباحث اختبار التوافق النفسي العام للطلاب الجامعيين.

خلاصة النتائج:

توصلت الدراسة إلى:

أن هناك اثر واضح للنشاط الرياضي على التوافق النفسي العام وأبعاده بين الممارسين للنشاط الرياضي وغير الممارسين للرياضة وذلك بين أفراد الجنس الواحد أو بين جنس والجنس الآخر وذلك لصالح الممارسين أو الممارسات للرياضة.

وبصورة عامة أظهرت الدراسة أن التوافق الشخصي يتحقق بممارسة الأنشطة الرياضية الفردية،بينما التوافق الاجتماعي يتحقق بممارسة الأنشطة الرياضية عامة الجماعية والفردية وذلك حيث أن النشاط الرياضي أساسا نشاطا اجتماعيا.

الدراسة السادسة :دراسة ميخائيل عبده:"عن سوء التوافق عند الطلاب المراهقين".بحث منشور في كتاب ميخائيل معوض. دراسات مقارنة في مشكلات المراهقين في المدن والريف (السلطة والطموح).دار المعارف بمصر القاهرة 1971 .

هدف هذه الدراسة هو معرفة العوامل التي يمكن أن تؤثر على سوء التوافق عند الطلاب المراهقين، وقد شملت الدراسة عينة قوامها 90 حالة من حالات الطلاب المراهقين في المدارس الثانوية بالإسكندرية، وذلك للتعرف على السلوك الشاذ في المدرسة، وسوء التوافق في البيت، وحاجات المراهقين، وعدوانم، وشعورهم بالإثم.

اتبع الباحث أسلوب دراسة الحالة كمنهج وتوصل إلى نتائج مفادها أن هناك:

-عوامل تتصل بشخصية الفرد مثل درجة النمو والصفات الجسمية، والنواحي الصحية، والقدرات العقلية وأهمها الذكاء، وبعض العوامل المتصلة بالناحية النفسية كالعادات والعواطف.

-وعوامل متصلة بالبيئة كالحالة الاقتصادية، وشخصية الوالدين، وطرق تربيتهما لأبنائهما، والعلاقات الأسرية.

-وعوامل متصلة بالمدرسة كالنظام التعليمي، وأساليب التربية وطرق التدريس، وعوامل اجتماعية كوسائل التسلية المادية، وجماعة الرفاق، والأندية والجماعات، والتراث الثقافي.

وعموما فإن هذه الدراسة استطاعت إلى حد ما إظهار أهم العوامل المؤثرة في سوء التوافق خاصة العوامل المدرسية، حتى يمكننا الاهتمام با ومحاولة تحسينها، حتى لا تكون معوقة للتوافق الذي ننشده للمراهق.

الدراسة السابعة:دراسة نعيمة محمد بدر يونس"دراسة المناخ المدرسي في المرحلة الثانوية وعلاقته بالتوافق النفسي للطالب" رسالة ماجستير غير منشورة. كلية التربية. جامعة عين شمس.1983.

كان هدف هذه الدراسة هو وضع مقياس يمكن بواسطته قياس المناخ المدرسي في المرحلة الثانوية، والكشف عن العلاقة بين المناخ والتوافق النفسي العام للتلاميذ.

اشتملت هذه الدراسة على عينة قوامها600طالب وطالبة، ينتمي نصفهم إلى الثانوية العسكرية، وينتمي النصف الآخر إلى الثانوية العامة.

في هذه الدراسة قامت الباحثة بمقارنه بين نوعين من النظم المدرسية، وهما النظام العسكري والنظام العادي فيما يخص التوافق النفسي العام للطالب، وتوصلت أثناء استخدامها لمقياس المناخ المدرسي، واختبار كاليفورنيا للشخصية إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الطلاب في المدارس العسكرية، والطالبات في الثانوية العامة، وذلك لصالح الطالبات. وتعني هذه النتيجة بالدرجة الأولى أن المناخ الموجود في المدارس العسكرية لا يساعد على التوافق النفسي الجيد بالمقارنة بالمناخ في المدارس العادية، أو بمعنى آخر (المدنية)، وقد يعود هذا إلى النظام والصرامة المتواجدين في المدارس العسكرية، الساعية إلى تكوين الطالب تكوينا عسكريا تحضيرا ليكون

أحد أفراد القوات المسلحة في المجتمع، وهذا خلافا للتكوين في المدارس العادية التي تسعى إلى التكوين العلمي والتربوي.

الدراسة الثامنة:المشكلات السلوكية للتلاميذ خلال ممارسة أنشطة التربية الرياضية ودور المدرس في **مواجهتها.**بحث **مقدم من: طارق سيد صوفي السواح، رسالة ماجستير** في **التربية الرياضية.كلية التربية الرياضية للبنين** بالهرم**- جامعة حلوان مصر،2002.**

أهداف الدراسة: تهدف الدراسة الحالية إلى**:**

- إعداد قائمة بالمشكلات السلوكية لدى تلاميذ المرحلة الإعدادية خلال ممارسة أنشطة التربية الرياضية المدرسية.

- التعرف على المشكلات السلوكية لدى تلاميذ المرحلة الإعدادية خلال ممارسة أنشطة التربية الرياضية المدرسية كما يدركها مدرسي وموجهي التربية الرياضية.

- التعرف على الفروق بين التلاميذ في الريف والحضر في المشكلات السلوكية كما يدركها المدرسون والمدرسون الأوائل والموجهون.

- التعرف على المشكلات السلوكية كما يدركها المدرسون والمدرسون الأوائل والموجهون تبعا لعدد سنوات ممارسة التدريس.

- إعداد قائمة بالحلول والمقترحات لمواجهة المشكلات السلوكية لدى تلاميذ المرحلة الإعدادية خلال ممارسة أنشطة التربية الرياضية المدرسية.

- التعرف على أهم الحلول والمقترحات ودور مدرس التربية الرياضية في مواجهة المشكلات السلوكية.

مشكلة الدراسة:

تتحدد مشكلة الدراسة في **محاولة الإجابة على التساؤلات التالية:**

- ما أهم المشكلات السلوكية التي يظهرها التلاميذ في المرحلة الإعدادية من وجهة نظر مدرسي وموجهي التربية الرياضية ؟

- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في المشكلات السلوكية كما يدركها مدرسي وموجهي التربية الرياضية وفقا لسنوات الخبرة في التدريس ؟

- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في متوسطات المشكلات السلوكية بين تلاميذ الريف والحضر (الخلفية الثقافية)؟

عينة البحث:

تم اختيار عينة عشوائية من بين مدرسي وموجهي التربية الرياضية بالمرحلة الإعدادية بمحافظة الفيوم وعدد أفرادها 287 فرد.

أدوات الدراسة : استخدم الباحث لقياس فرضيات البحث مايلي:

أ: قائمة المشكلات السلوكية 5من إعداد الباحث) واشتملت على 5 محاور وهي:

_ المحور الأول:مشكلات سلوكية تتعلق بالسلوك العدواني.

_ المحور الثاني:مشكلات تتعلق بصعوبة التوافق مع الآخرين.

_ المحور الثالث: مشكلات تتعلق بالسلوك الأخلاقي.

_ المحور الرابع:مشكلات تتعلق بدوافع التلميذ واتجاهاته نحو درس التربية الرياضية.

_ المحور الخامس: مشكلات تتعلق بالسلوك الشخصي غير المرغوب فيه.

ب: قائمة الحلول والمقترحات ودور مدرس التربية الرياضية في مواجهة المشكلات السلوكية (من اعداد الباحث).

خلاصة النتائج:

أولا النتائج المرتبطة بالمشكلات السلوكية لدى التلاميذ:

- توصل الباحث إلى قائمة للمشكلات السلوكية المدركة عن المدرسين يمكن عن طريقها حصر المشكلات السلوكية لدى تلاميذ المرحلة الإعدادية خلال ممارسة الأنشطة الرياضية المدرسية.

- تتباين المشكلات السلوكية كما يدركها أفراد عينة البحث وفقا للمتوسط الحسابي لكل مشكلة في كل محور من المحاور الخمسة.

- تبين أن المشكلات السلوكية لدى التلاميذ بالحضر كما يدركها أفراد عينة البحث من المدرسين أكثر من المشكلات السلوكية لدى تلاميذ الريف.

- تبين أن هناك خمسة مشكلات سلوكية قد أدركها المدرسون ذوي خبرة التدريس الأقل وهذه المشكلات تدور حول التحدث بأسلوب غير لائق مع المدرس،عدم الالتزام بالزي الرياضي،مخاطبة الحكم بأسلوب غير لائق، العدوان باللفظ على الآخرين ،عدم الرغبة للانضمام للفرق المدرسية،تعمد إتلاف الأدوات الرياضية.

ثانيا: النتائج المرتبطة بالحلول والمقترحات:

- أمكن بناء قائمة الحلول والمقترحات ودور مدرس التربية الرياضية في مواجهة المشكلات السلوكية.
- التوصل إلى بعض الحلول والمقترحات لمواجهة المشكلات السلوكية ومن أهم الأدوار التي يقوم با المدرسون كمؤشر للحلول هي كما يلي:

° مكافأة السلوك المرغوب فيه وتشجيع التلاميذ على الأداء الجيد.

° استخدام أسلوب العقاب إذا لزم الأمر لتقويم السلوك السلبي غير المرغوب فيه.

° اهتمام إدارة المدرسة بمعاقبة التلميذ الذي يعترض على قرارات حكام الأنشطة المدرسية التنافسية.

° إقامة بطولات مدرسية على كاس الروح الرياضية وكاس أفضل سلوك تربوي.

° وضع نظام دقيق للثواب والعقاب خلال المنافسات الرياضية داخل المدرسة.

- وجود فروق دالة إحصائيا بين أفراد عينة البحث (المدرسون- المدرسون الأوائل- الموجهون) في قائمة الحلول والمقترحات على المستويات الستة التي ارتضاها الباحث ووضعها في ضوء قيم المتوسطات الحسابية لكل حل، والتي أمكن للباحث أن يتوصل من خلالها إلى القائمة القصيرة للحلول والمقترحات ودور مدرس التربية الرياضية في مواجهة المشكلات السلوكية.

الدراسة التاسعة:تأثير برنامج مقترح لبعض الأنشطة الرياضية والترويحية على التكيف النفسي الاجتماعي وبعض المتغيرات الفسيولوجية والبدنية للمرضى النفسيين.

دراسة قامت بها: **مديحة حسن احمد فريد، ضمن متطلبات الحصول على درجة دكتوراه الفلسفة** في **التربية الرياضية كلية التربية الرياضية للبنات بالقاهرة،جامعة حلوان مصر،1993.**

أهداف الدراسة: تدف الدراسة الحالية إلى:

التعرف على التأثيرات المختلفة لبرنامج رياضي مقترح على المرضى النفسيين المزمنين وذلك في بعض المتغيرات الفسيولوجية والبدنية والتكيف النفسي والاجتماعي.

مشكلة الدراسة:

تتحدد مشكلة الدراسة في التساؤل العام التالي:

هل تؤدي ممارسة الأنشطة الرياضية إلى تحسن في بعض التغيرات الفسيولوجية وبعض عناصر اللياقة البدنية ومستوى التكيف النفسي والاجتماعي للمرضى النفسيين.

العينة والإجراءات:

اختيرت عينة البحث من المرضى النفسيين الذين يعانون من الفصام المزمن من نزلاء مستشفى دار المقطم للصحة النفسية بالقاهرة .حيث تكونت العينة من 11مريضا ومريضة.وتتراوح أعمارهم بين 28 و38 سنة وقد تجانست العينة في متغيرات السن والطول والوزن.

أدوات الدراسة:استعملت الباحثة في قياس فرضيات البحث الأدوات والأجهزة التالية:

- ميزان طبي لقياس الوزن بالكيلوغرام.
- جهاز الدينامومیتر لقياس قوة القبضة بالكيلو غرام.
- جهاز الاسبيروميتر لقياس السعة الحيوية للرئة بالسنتيمتر المكعب.
- جهاز المانوميتر الزئبقي لقياس ضغط الدم.
- اختبار الشخصية الاسقاطي عن طريق رسم المنزل والشجرة ، والشخص من إعداد لويس كامل مليكة.

خلاصة النتائج: توصلت الدراسة إلى:

- اثر البرنامج الرياضي المقترح ايجابيا على بعض المتغيرات الفسيولوجية للمرضى النفسيين.
- اثر البرنامج الرياضي المقترح ايجابيا على بعض عناصر اللياقة البدنية المختارة للمرضى النفسيين.
- أظهرت نتائج اختبار الشخصية الاسقاطي تحسنا جيدا يمكن أن يرتبط بالبرنامج الرياضي المقترح.

الدراسة العاشرة: دراسة إقبال عبد الدايم العجوز- اثر النشاط الرياضي على التكيف النفسي الاجتماعي لكبار السن- رسالة دكتوراه كلية التربية الرياضية للبنات، القاهرة 1980.

استهدفت هذه الدراسة إلى التعرف على اثر النشاط الرياضي على التكيف النفسي والاجتماعي لأفراد بعد الستين، واشتملت العينة في الدراسة على 60 فردا من الجنسين (30 مجموعة تجريبية-30 مجموعة ضابطة).كما تضمنت أدوات البحث وضع برنامج رياضي له أغراض رياضية ونفسية، واختبار للتكيف لكبار السن من إعداد الباحثة. وقد أشارت أهم النتائج الإحصائية إلى وجود فروق بين المجموعتين في القياس البعدي لصالح المجموعة التجريبية في التوافق الاجتماعي، والصحي، والمنزلي.

الدراسة الحادي عشر:دراسة وليد أحمد المصري- دراسة تحليلية لطبيعة العلاقة بين اللعب وتأثيره في شخصية أطفال السادسة- مجلة المعلم/الطالب، العدد (2)، معهد التربية، دائرة التربية والتعليم، عمان، الأردن1998.

هدفت الدراسة إلى التعرف على تحليل طبيعة اللعب باعتباره وسيلة مهمة لتكوين شخصية ابن السادسة، فضلاً عن دراسة أشكال اللعب، ومستوياته عند تلميذ السادسة، وتحليلها وتحديد دور المربي الحديث في عملية اللعب وإبرازه استخدم الباحث المنهج الوصفي التحليلي للأدبيات المتخصصة بسيكولوجية اللعب كأسلوب لدراسة عملية اللعب،ولحثها عند تلميذ الصف الأول الابتدائي وكشف أشكال اللعب، ومستوياته، وخصائصه .

وباستخدام الوسائل الإحصائية المناسبة أسفرت النتائج عما يأتي :

1- أثبتت الدراسات أنمنع الأطفال من ممارسة اللعب يخلق إعاقة في تربيتهم، وفي تشكيل شخصياتم بجميع أبعادها ومقوماتا.

2- أن تركيز المربين والعاملين في هذا المجال،وعلى مجمل النشاط الإنساني كشخصية يمكن أن يتمثل في تطور اللعب وفي انتقاله التدريجي إلى العمل والممارسة.

الدراسة الثانية عشرة:دراسة كوثر محمود درويش:"التوافق النفسي وعلاقته بالأداء الحركي في التمرينات لطالبات كلية التربية الرياضية بالجزيرة بالقاهرة".كلية التربية الرياضية جامعة حلوان القاهرة – المؤتمر العلمي الرابع للدراسات وبحوث التربية الرياضية الإسكندرية فيفري 1983.

استهدفت الدراسة إيجاد اثر التوافق النفسي على الداء الحركي في التمرينات واشتملت عينة الدراسة على 100طالبة من السنة الثالثة للعام الدراسي(1980-1981)، 50 طالبة ذات أداء عالي، 50 طالبة ذات أداء منخفض، وعمرهن 21 سنة. كما تضمنت الدراسة استخدام اختبار "هيو-م-بل" للتوافق، وقد أشارت أهم النتائج الإحصائية لوجود علاقة ايجابية بين مستوى الأداء الحركي للطالبات في مادة التمرينات والتوافق النفسي لديهن، وكان التوافق المنزلي و الاجتماعي أقوى مجالات التوافق ارتباطا، كما أن هناك فروق دالة في التوافق لصالح المجموعة الأعلى في الأداء المهاري.

الدراسة الثالثة عشرة:دراسة عفاف احمد توفيق "التوافق النفسي وعلاقته بالأداء في **الكرة الطائرة لطالبات كلية التربية الرياضية بالإسكندرية".مجلة جامعة حلوان للدراسات والبحوث مجلد 8 عدد 5 القاهرة أكتوبر 1989 .**

اشتملت عينة الدراسة على 152 طالبة من الصف الرابع للعام 1983-1984، وعمرهن من 22 إلى 24 سنة، وتضمنت الدراسة استخدام اختبار "هيو-م-بل"للتوافق وقد أشارت أهم النتائج الإحصائية إلى:

وجود ارتباط ايجابي بين مستوى أداء الكرة الطائرة وبين التوافق النفسي، والتوافق الانفعالي، ووجود فروق دالة إحصائيا بين المجموعتين في مستوى الأداء في الكرة الطائرة، ودرجة التوافق النفسي لصالح المجموعة مرتفعة الأداء.

الدراسة الرابعة عشرة :دراسة ثناء عبد الباقي حسنين "التوافق النفسي وعلاقته بالأداء العملي في **السباحة". رسالة دكتوراه كلية التربية الرياضية. جامعة حلوان، مصر 1982.**

اشتملت عينة الدراسة على 210 طالبة من طالبات السنة الأولى بكلية التربية الرياضية بالقاهرة للعام (1980-1981)، وتضمنت الدراسة اختبار الشخصية للمرحلة الإعدادية والثانوية لعطية محمود هنا، ودليل الوضع الاجتماعي، والاقتصادي للأسرة من إعداد الدكتور عبد السلام عبد الغفار، واستمارة استطلاع أراء أعضاء هيئة التدريس بالكلية، ودرجات الطالبات في السباحة في آخر العام.

وقد أشارت أهم النتائج الإحصائية إلى وجود علاقة موجبة بين التوافق الشخصي، والأداء العملي للسباحة في المجموعة ذات التوافق المرتفع، والمتوسط، وغير دال في المجموعة منخفضة التوافق، كما أشارت إلى وجود علاقة دالة موجبة بين التوافق النفسي العام والاجتماعي، والأداء العملي للسباحة في المجموعات الثلاثة (المرتفعة-المتوسطة-المنخفضة) .

الدراسة الخامسة عشرة :التوافق النفسي وعلاقته بالمستوى الرقمي لسباحي المنافسات.

بحث مقدم من الباحث: احمد عبد الكريم موسى الشلاوي، رسالة ماجستير في **التربية الرياضية.كلية التربية الرياضية ببور سعيد، جامعة قناة السويس مصر،1995.**

أهداف الدراسة:يهدف البحث إلى:

التعرف على العلاقة بين التوافق النفسي لسباحي المنافسات ومستواهم الرقمي.

- تحديد نسبة مساهمة كل بعد من أبعاد التوافق النفسي لسباحي المنافسات في مستواهم الرقمي.

مشكلة الدراسة: تتحدد مشكلة البحث في هذه الدراسة في التساؤلات التالية:

هل توجد علاقة دالة بين التوافق النفسي لسباحي المنافسات ومستواهم الرقمي؟

ما مدى مساهمة كل بعد من أبعاد التوافق النفسي لسباحي المنافسات في مستواهم الرقمي؟

فروض البحث:

توجد علاقة دالة موجبة بين التوافق النفسي لسباحي المنافسات ومستواهم الرقمي.

تختلف نسبة مساهمة كل بعد من أبعاد التوافق النفسي لسباحي المنافسات في مستواهم الرقمي.

عينة البحث: بلغت عينة البحث 58 سباحا من السباحين المشتركين في بطولة الجمهورية في مرحلة العموم للموسم الرياضي 95/94 والتي أقيمت بالنادي الأهلي.

أدوات الدراسة: استخدم الباحث لقياس فرضيات البحث مايلي:

- اختبار التوافق النفسي لسباحي المنافسات.
- النتيجة النهائية لبطولة الجمهورية مرحلة العموم للموسم 95/94 .

خلاصة النتائج: توصلت الدراسة إلى:

- تم وضع اختبار التوافق النفسي لسباحي المنافسات.
- وجود علاقة دالة موجبة بين التوافق النفسي والمستوى الرقمي لسباحي المنافسات.
- أهم أبعاد التوافق النفسي تأثيرا في المستوى الرقمي لسباحي النافسات هي:
- توافق السباح مع ذاته.
- التوافق مع البيئة المحلية.
- الاتزان الانفعالي.

الدراسة السادسة عشرة: **دراسة** نبراس يونس **محمد آل مراد- أثر استخدام برامج بالألعاب الحركية والألعاب الاجتماعية والمختلطة** في **تنمية التفاعل الاجتماعي لدى أطفال الرياض بعمر(5-6) سنوات.**

بحث مقدم من: نبراس يونس **محمد آل مراد، دكتوراه فلسفة** في **التربية الرياضية. كلية التربية الرياضية، جامعة الموصل 2005 .**

أهداف الدراسة: تدف الدراسة الحالية إلى:

- الكشف عن اثر برامج بالألعاب الحركية والألعاب الاجتماعية و (الألعاب الحركية + الألعاب اجتماعية) في تنمية التفاعل الاجتماعي لدى أطفال الرياض بعمر(5-6) سنوات بشكل عام.
- الكشف عن أثر برامج بالألعاب الحركية والألعاب الاجتماعية و(الألعاب الحركية + الألعاب اجتماعية) في تنمية التفاعل الاجتماعي لدى أطفال الرياض بعمر (5-6) سنوات وحسب الجنس.
- المقارنة بين أثر برامج بالألعاب الحركية والألعاب الاجتماعية و(الألعاب الحركية + الألعاب اجتماعية) في تنمية التفاعل الاجتماعي لدى أطفال الرياض بعمر(5-6)سنوات بشكل عام.
- المقارنة بين أثر برامج بالألعاب الحركية والألعاب الاجتماعية و(الألعاب الحركية + الألعاب اجتماعية) في تنمية التفاعل الاجتماعي لدى أطفال الرياض بعمر (5-6) سنوات وحسب الجنس.
- تصميم أداة لقياس التفاعل الاجتماعي لدى أطفال الرياض بعمر (5-6) سنوات .

فروض البحث :

- وجود فروقاً ذوات دلالة معنوية بين القياس القبلي والبعدي ولمصلحة القياس البعدي في مقياس التفاعل الاجتماعي لكل من برامج الألعاب الحركية والألعاب الاجتماعية و(الألعاب الحركية + الألعاب الاجتماعية)لأطفال الرياض بعمر (5-6) سنوات بشكل عام.

- وجود فروقاً ذوات دلالة معنوية بين القياس القبلي والبعدي ولمصلحة القياس البعدي في مقياس التفاعل الاجتماعي لكل من برامج الألعاب الحركية والألعاب الاجتماعية و(الألعاب الحركية + الألعاب الاجتماعية) لأطفال الرياض بعمر (5-6) سنوات وحسب الجنس.

- وجود فروقاً ذوات دلالة معنوية في القياس البعدي بين برامج الألعاب الحركية والألعاب الاجتماعية و(الألعاب الحركية + الألعاب الاجتماعية) لأطفال الرياض بعمر (5-6) بشكل عام ولمصلحة برنامج (الألعاب الحركية + الألعاب الاجتماعية).

- وجود فروقاً ذوات دلالة معنوية في القياس البعدي بين برامج الألعاب الحركية والألعاب الاجتماعية و(الألعاب الحركية + الألعاب الاجتماعية) لأطفال الرياض بعمر (5-6) وحسب الجنس ولمصلحة برنامج (الألعاب الحركية + الألعاب الاجتماعية) .

أدوات الدراسة:

قام الباحث بتصميم أداة لقياس التفاعل الاجتماعي لأطفال الرياض، بإتباع مجموعة من الإجراءات التي حددها كل من ألن و ين (Allen & Yen) في عام 1979 التي يمكن تلخيصها بما يأتي:

- التخطيط عن طريق تحديد المجالات في ضوء التعاريف والمقاييس السابقة.

- كتابة عدد مناسب من الفقرات لتغطي المجالات وصياغة الفقرات ومن ثم تقديمها إلى لجنة المحكمين وإجراء التعديلات في ضوء أرائهم .

- تطبيق الفقرات على عينة ممثلة للمجتمع الذي ستطبق الصيغة النهائية عليه وذلك لبيان الوضوح والفهم وأخيرا انتقاء أفضل الفقرات .

عينة البحث:

تكونت عينة البحث من 60 طفلا وطفلة بواقع 36 ذكرا 24 أنثى، تم توزيعهم على ثلاث مجموعات بواقع 20 طفلا وطفلة لكل مجموعة منهم 12 ذكرا و 8إناث، وتم التكافؤ بينهم في متغيرات ترتيب الطفل بين إخوته في الميلاد، والعمر، والتحصيل الدراسي للأبوين ، والذكاء ، فضلا عن قياس التفاعل الاجتماعي.

قامت المجموعة الأولى بتنفيذ برنامج الألعاب الحركية، بينما نفذت المجموعة الثانية برنامجا بالألعاب الاجتماعية في حين نفذت المجموعة الثالثة برنامج (الألعاب الحركية + الألعاب اجتماعية).

- المعالجة الإحصائية:

استخدم الباحث الوسائل الإحصائية الآتية:

الوسط الحسابي، الانحراف المعياري، معامل الارتباط البسيط، اختبار (ت) لوسطين حسابيين مرتبطين ومتساويين، اختبار (ت) لوسطين حسابيين غير مرتبطين ومتساويين، قيمة أقل فرق معنوي (L.S.D) تحليل التباين باتجاه واحد، معامل سبيرمان- بروان لتصحيح معامل الثبات.

خلاصة النتائج:

استنتج الباحث ما يأتي :

أسهمت البرامج المستخدمة في البحث في تنمية التفاعل الاجتماعي لدى الأطفال بشكل عام ، ولدى الذكور والإناث بشكل خاص .

تميز برنامج (الألعاب الحركية + الألعاب اجتماعية) في تنمية التفاعل الاجتماعي مقارنة ببرنامج الألعاب الحركية وبرنامج الألعاب الاجتماعية لدى الأطفال بشكل عام، ولدى الذكور والإناث بشكل خاص.

تفوق برنامج الألعاب الحركية في تنمية التفاعل الاجتماعي لدى الذكور مقارنة ببرنامج الألعاب الاجتماعية.

تفوق برنامج الألعاب الاجتماعية في تنمية التفاعل الاجتماعي لدى الإناث مقارنة ببرنامج الألعاب الحركية.

ممارسة النشاط الرياضي بأنواعه المختلفة تأثر إيجابا في خفض مستوى التوتر النفسي عند طلبة الجامعات والمدارس عامة.

ب- الدراسات الأجنبية:

1- دراسة باتيستيش، الين هوم" battistich Victor et hom ; Allen : وتناقش هذه الدراسة العلاقة بين إحساس وشعور الطلبة بمدرستهم ككيان اجتماعي ينتمون إليه ومدى تورطهم في المشكلات السلوكية، وينتمي المشتركون الذين أجريت عليهم الدراسة إلى طبقات متباينة اقتصاديا واجتماعيا، وقد بلغ عددهم 1434 طالب من الصف الخامس والسادس في 24 مدرسة ابتدائية في الولايات المتحدة، وقد أوضحت النتائج أن الطلبة الذين لديهم، شعور اكبر بمدرستهم كمجتمع ينتمون إليه كان معدل انحرافهم وتعاطيهم المخدرات اقل مقارنة بغيرهم، وقد خلصت الدراسة إلى أن المدرسة ككيان اجتماعي يمكنها مقاومة وتقليل الأخطار التي يتعرض لها طلابا من خلال عوامل الحماية، والعوامل التنموية، بالإضافة إلى أن تعامل المدرسة مع تلاميذها وإحساسهم بأ كمجتمع ينتمون إليه يجعلهم أكثر قدرة على مقاومة الضغوط.[1]

2- دراسة سينجSingh:دراسة العلاقة بين **الابتكار وكل من التوافق الانفعالي والاجتماعي و المدرسي.**استهدفت الدراسة توضيح اثر التوافق الانفعالي والاجتماعي والمدرسي على الابتكار، واشتملت عينة الدراسة على 600 طالب من بين طلاب المدارس الثانوية، وتضمنت أدوات الدراسة بطارية اختبارات لفضية لقياس القدرة على التفكير الابتكار، قائمة التوافق لطلاب المدارس، وأشارت أهم النتائج لوجود علاقة موجبة ذات دلالة ولكنها ضعيفة بين كل من الابتكار والتوافق الكلي، حيث اعتبر الباحث أن التوافق الكلي هو المحصلة العددية لدرجات المفحوصين في جوانب التوافق التي اهتمت بأ تلك الدراسة.[2]

[1]-Battistich, victor, homallen –**the relationship between students sense of therscool as a community and their involvement in problem behaviors**- america journal of public health ,vol 84 dec 1997

[2]- Sing, R, P - **creativity in relation to adjustement**- Journal of psychological studies, New York 1981

3- دراسة من هيلبر وآخرون: هدفت الدراسة إلى معرفة اثر التدريب على اللياقة البدنية من الناحية الفيزيولوجية والنفسية لدى مجموعة من الطلاب، ولقد تكونت العينة من 30 طالبا من الذكور فقط اختيروا عشوائيا من مدرسة صناعية، حيث وزعوا عشوائيا إلى مجموعتين: مجموعة تجريبية ويتلقى أفرادها برنامجا متدرجا في اللياقة البدنية تكون من تمارين المرونة وتمارين الركض، ومجموعة ضابطة لم يتلقى أفرادها أي نوع من أنواع المعالجة، ولقد استخدمت المقاييس والأدوات التالية لقياس المظاهر النفسية والفيزيولوجية وهي: مقاييس التكيف الدوراني للقلب، مقياس المرونة، ومقياس القوة العضلية، ومقياس الجلد العضلي، ومقياس المظهر الجسمي الخارجي، ومقياس لتقدير الذات، ومقياس يقيس الحالات المزاجية، مثل التوتر والقلق والاكتئاب والعدوانية والتعب، ومقياس قلق السمة الحالة، ومقياس يقيس الاكتئاب، وقد تكون برنامج المعالجة من ساعة ونصف من التدريب على اللياقة البدنية تم الإشراف عليه من قبل مجموعة من المرشدين.

تم البدء بالبرنامج بمناقشة التمارين والنشاطات اليومية ثم تلي ذلك تمارين المرونة التي استمرت لمدة 10 دقائق، وتكونت تمارين المرونة من 15 تمرين يتم انجازها بشكل متسلسل على النحو التالي:

05 تمارين يتم انجازها في وضع الرقود على الظهر، و05 تمارين يتم انجازها في وضع الوقوف، وبعد الانتهاء من تمارين المرونة يبدأ تنفيذ تمرين الركض، بحيث يتم تنفيذ التمرين في ساحة المدرسة، وهي مسافة تمتد بين نصف ميل إلى 2 ميل، وينفذ هذا التمرين بشكل تدريجي، بحيث يتم زيادة ربع ميل (400م) بعد كل مرة يتم فيها اجتياز المسافة الأصلية بنجاح، وقد استمر تنفيذ برنامج اللياقة البدنية عشرون أسبوعا، وقد أشارت نتاج تحليل التغاير إلى وجود تحسن في المتغيرات الفيزيولوجية ترجع إلى طريقة المعالجة، كما أن طريقة المعالجة أدت إلى انخفاض في معظم الحالات المزاجية مثل قلق الحالة الاكتئاب، والتعب وقد أشارت نتائج اختبار T ستودانت بين الاختبار القبلي والاختبار البعدي إلى وجود فروق دالة بينهما على مقياس القلق والاكتئاب لصالح الاختبار البعدي مما يدل على وجود اثر كبير لبرنامج المعالجة في خفض مستويات عدد من الحالات المزاجية التي ذكرت سابق.[1]

التعليق عن الدراسات السابقة:

من الاستعراض النظري السابق للدراسات السابقة المرتبطة توصل الباحث إلى مايلي:

- أوضحت هذه الدراسات الدور الايجابي الذي يلعبه النشاط الرياضي في تحقيق التوافق النفسي للأفراد الممارسين للنشاط الرياضي.
- معظم الدراسات أثبتت دور ممارسة الرياضة الايجابي في رفع درجة التوافق النفسي بصورة مباشرة بها، ومنها اختبار كاليفورنيا للشخصية.

[1]- Hjilyer, j, c and others, - **physical fitnes training and counseling as atreatement for youth …..offenders** - journal of counseling psychology ,vol29, n=3 1982 p 292-303

- هدفت الدراسات السابقة إلى التعريف بخصائص عيناتها في التكيف النفسي و الاجتماعي باستخدام مقاييس جاهزة،أو قام هو(الباحث) ببناء هذه المقاييس، وان كانت الشائعة هي الاختبارات التحريرية، معظمها مقتبسة من مقاييس قديمة لقياس التوافق مثل (هيو.م.بل)، و اختبار كاليفورنيا للشخصية.فضلا عن ذلك فان معظم هذه الدراسات قارنت بين عينتين من نفس المجتمع ولكن لكل عينة خاصية معينة.

- تناولت معظم الدراسات أبعاد مختلفة للتوافق (التوافق النفسي، الاجتماعي، المدرسي، الصحي، الأسري..) كما تناولت بعض الدراسات أبعاد شاملة ومختلفة للتوافق وبعبارات سلبية وايجابية.

- تناولت الدراسات السابقة عينات مختلفة من المجتمع (طلاب مدارس، متوسط، ثانوي، طلاب جامعة وموظفين وكبار السن).

- بعض الدراسات تناولت نوع واحد من النشاط الرياضي.في حين تناولت بعض الدراسات الأخرى أنواع مختلفة من الأنشطة الرياضية.

- معظم الدراسات العربية و الأجنبية أقيمت في مستويات محلية في مجتمعات وبيئة لا تماثل المجتمع الجزائري وتختلف عنه.

- معظم الدراسات متفقة لصالح الرياضيين.

- استخدمت معظم الدراسات مقاييس لآخرين بعد تقنينها علميا وبعضها تم تعديله ليتناسب مع بيئته وعينته كما قام البعض الآخر بتصميم أداة البحث.

- أما المعالجات الإحصائية متشابهة في معظم هذه الدراسات للحاجة الموحدة لها في هذه المعالجات.

- الاستفادة من الدراسات السابقة:

نتيجة للمؤشرات النابعة من أوجه التشابه والاختلاف فيما بين الدراسات السابقة والدراسة الحالية، فقد استعان با الباحث لإجراء بحثه من حيث إيضاح النقاط الأساسية المحددة لمشكلة الدراسة وأهدافها، وصياغة الفروض التي تحقق الأهداف فضلاً عن:

- تحديد المنهج المستخدم في الدراسة، فقد استخدمت الدراسات السابقة في مجال التوافق النفسي و الاجتماعي أحد المنهجين:

-المنهج الوصفي لقياس سمات الشخصية لكل من الرياضيين وغير الرياضيين، أو لقياس التوافق النفسي بأبعاده المختلفة.

-المنهج التجريبي عند إعداد برامج تجريبية خاصة بأنشطة رياضية معينة لغرض دراسة مدى تأثيرها على عملية التوافق النفسي الاجتماعي لدى فئة معينة.وسيتم استخدام المنهج الوصفي والارتباطي والسببي في هذه الحالة.

-تحديد نوعية وحجم وكيفية اختيار العينة وجميعا لخطوات الإجرائية لبحث هذه الظاهرة، فقد أجريت هذه الدراسات على عينات من تلاميذ المراحل التعليمية المختلفة (ابتدائي، إعدادي،ثانوي)،وكذلك طلاب جامعيين،واتضح في معظم الدراسات تركيز اختيار العينة على الطريقة العمدية وبعض منها على الطريقة العشوائية.ويعتبر هذا البحث في بعض جوانبه استكمال البعض الدراسات المرتبطة والتي ساهمت في اختيار المنهج والعينة،وأدوات جمع البيانات وكذلك عرض وتفسير نتائج هذا البحث.

الفصل الثاني

التوافق النفسي الاجتماعي

تمهيـــــد

إن الكائن الحي وبيئته متغيران ولذلك يتطلب كل تغيير تغييراً مناسباً للإبقاء على استقرار العلاقة بينهما،وهذا التغيير المناسب هو التكيف أو المواءمةAdaptationوالعلاقة المستمرة بينهما هي التوافق،وكثيراً ما تستخدم اللفظين (تكيف وتوافق) كما لو كانا مترادفين، فالتكيف تشير إلى الخطوات المؤدية إلى التوافق، والتوافق يشير إلى حالة الاستقرار التي يبلغها الكائن، وقد يعدل الكائن بعضاً منه أو إحداث تعديل في البيئة، أو يعدل الكائن بعضاً منه وبعضاً من البيئة لإعادة التوافق والتوازن. ويتناول التوافق نواحي فيزيائية (مثل درجة الحرارة)، ونواحي بيولوجية وفيزيولوجية (مثل تغيير شكل الكائن أو لونه أو تعدي لبعض وظائفهِ)، ونواحي نفسية (مثل تعديل الإدراك الحسي شدة ووضوحاً بحسب قيمة المنبه ودلالته، وتكراره وتحديد انفعاله)، والنواحي الاجتماعية (مثل تطوير دوافعه،وتعديل سلوكه بما يتفق مع مستويات مجتمعه بالإضافة إلى مقتضيات الموقف الراهن .....الخ)، حيث لا يمكن للإنسان المكون من النوازع المادية، و الروحية، و الحاجات النفسية و الاجتماعية الوصول إلى مستوى مقبول من التوافق وما ينتج عنه من راحة نفسية، إلا إذا استطاع تحقيق أكبر إشباع ممكن لحاجاته الفطرية والمكتسبة على حد سواء، وذلك سواء بمواجهته المباشرة للمواقف والمشاكل مواجهة علنية، أو بلجوئه إلى استخدام الميكانيزمات الدفاعية التي تدف هي الأخرى إلى تحقيق عملية التوافق.

وسنتطرق في هذا الفصل إلى مفهوم التوافق وتحديد أبعاده ومعاييره، وكذا إلى العوامل المؤثرة في التوافق النفسي الاجتماعي للمراهق، ثم إلى الميكانيزمات الدفاعية التي يلجأ إليها لتحقيق عملية التوافق.

1 -**مفهوم التوافق النفسي:**

يمثل مفهوم التكيف كل أشكال النشاط التي يبذلها الفرد من أجل تحقيق دوافعه، وبلوغ أهدافه، وإن النتيجة التي يتوصل إليها الفرد تمثل التوافق، وقد يكون التوافق سيئاً أو طيباً، بقدر نوع الجهود التكيفية التي بذلها الفرد، فعندما تؤول هذه الجهود إلى إشباع حاجات الفرد،وإزالة حالة التوتر النفسي، والتحرر من الاحباطات، أو الصراعات التي تواجه الفرديكون الفرد قد حقق توافقاً جيداً. أما إذا لم يصل إلى حالة خفض التوتر، وإزالة القلق الدال على المعاناة والمكابدة، فعندها نقول إن الفرد سيء التوافق لأن أنواع السلوك التكيفي التي لجأ لها لم تفلح في تحقيق الغاية، وهي الوصول إلى حالة الارتياح والرضا.

يعد التوافق مصطلحا مرادفا لمصطلحي السوية، والصحة النفسية، طالما أن الشخص المتوافق سوى وينعم بالصحة النفسية، والتوافق في أصله مصطلح بيولوجي على نحو ما حدده داروين، فالتوافق لديه يعنى قدرة الكائن على التلاؤم مع ظروف البيئة وما يطرأ عليها من تغيرات، بحيث تحقق المحافظة على الحياة.[1]

وعرف فهمي التوافق النفسي بأنه: تلك العملية الديناميكية المستمرة التي يهدف با الفرد إلى أن يغير من سلوكِهِ ليحدث علاقة أكثر توافقا بينهُ وبين نفسهِ من جهة، وبينهُ وبين البيئة من جهة أخرى، والبيئة هنا تشمل كل المؤثرات، والإمكانيات للحصول على الاستقرار النفسي،والبدني في معيشته،ولهذه البيئة ثلاثة جوانب: البيئة الطبيعية المادية، والبيئة الاجتماعية، ثم الفرد ومكوناته، واستعداده، وميوله، وفكرته عن نفسه.[2]

ويعرف حامد زهران، التوافق النفسي بأنة عملية دينامكية مستمرة تتناول السلوك، والبيئة (الطبيعية والاجتماعية) بالتغيير، والتعديل حتى يحدث توازن بين الفرد والبيئة.

ويرى حشمت وباهي أن أبتعريف للتوافق ينطوي على الكلمة الأم (التكيف)، فكلمة توافق أكبر إشارة للتكيف،فالإنسان يتكيف من أجل التوافق والعكس، فعلماء النفس استعاروا المفهوم البيولوجي للتكيف Adaptationوأعادوا تسميته بالتوافقAdjustment، وحاول البعض التفرقة بين لفظ التوافق ومفهوم التكيف، حيث ميز كلٌّ من موررو كلكهون (Mourer&Klackhohn) وأشارا إلى أن لفظ التكيف يستخدم للدلالة على مفهوم عام يتضمن جميع ما يبذلهُ الكائن الحي من نشاط لممارسة عملية الحياة في محيطه الفيزيقي والاجتماعي، بينما يستخدم لفظ التوافق للدلالة على الجانب السيكولوجي في هذا النشاط، وأن هذين المستويين متصلان ببعضهما البعض أشد الاتصال.

فالتكيف كما يقول "جون بياجيه" هو عملية تتم عن طريق تحقيق التوازن بين مظهرين من مظاهر التفاعل بين الفرد والبيئة : فالفرد إما أن يدخل على سلوكه التعديل، مما يساعده على تحقيق التوازن بين سلوكه، و بين

---

[1]- أمين أنور الخولي - **أصول التربية البدنية والرياضية** - ج1 ، ط3 ، دار الفكر العربي ، القاهرة ، 2001ص 65

[2]- مصطفى فهمي- **سيكولوجية الطفولة والمراهقة** - دار مصر للطباعة، القاهرة1974 ص 96

ظروف البيئة المحيطة به بكل مطالبها، وإما أن يحاول التأثير في البيئة، والوسط المحيط به حتى تستجيب هذه البيئة بدورها لرغباته، و حاجاته في الاتجاه الذي يريده.[1]

أما التوافق فهو مفهوم خاص بالإنسان في سعيه لتنظيم حياته، وكل صراعاته، ومواجهة مشكلاته من إشباعات و احباطات وصولا إلى ما يسمى بالصحة النفسية، أو السواء، أو الانسجام، أو التناغم مع الذات و مع الآخرين في الأسرة، و العمل وفق التنظيمات التي ينخرط فيها الإنسان، وعليه فالتوافق هو مفهوم إنساني.[2]

وبناءا على ما سبق يمكن القول بان التوافق والتكيف مفهومان مختلفان فيما بينهما، لكنهما مكملان لبعضهما، فالإنسان يتكيف بيولوجيا ويتوافق نفسيا و اجتماعيا، إذ يبدأ التكيف و هو جنين في بطن أمه، ويستمر ذلك طول حياته و بعد الولادة، في حين يبدأ التوافق النفسي والاجتماعي مع تكوين ذاته في السنوات الأولى من حياته، وبذا ترتبط العمليتان، التكيف و التوافق ارتباطا وثيقا بمراحل النمو المختلفة التي يمر بها الإنسان انطلاقا من خصائص كل مرحلة ومطالب النمو فيها، علما بأن هذه المطالب تختلف من مرحلة لأخرى ابتداء بالطفولة وانتهاء بالشيخوخة، وعموما فإن الشخص المتوافق هو الذي يشغل جميع إمكانياته الجسمية والنفسية، والاجتماعية، والانفعالية إلى أقصى درجة ممكنة في مواجهة مشكلاته، حتى يحقق الصحة النفسية المرغوبة في أية مرحلة يعيشها.

وهناك الكثير من مراجع علم النفس التي لم تطبق الفرق بين المفهومين، وظلت الكلمتين مستعملتين للدلالة على نفس المعنى، ومصطلحات التوافق والتكيف، التلاؤم، الانسجام، والاتزان الانفعالي و السواء، والعقل السوي، يقصد بها في الغالب التعبير عن حالة الصحة النفسية للفرد.

وفي هذا السياق يرى مصطفى فهمي أن علم النفس استعار المفهوم البيولوجي للتكيف، والذي أطلق عليه علماء البيولوجيا مصطلح الموائمة، واستخدم في المجال النفسي- الاجتماعي تحت مصطلح التكيف أو التوافق،فالإنسان كما يتلاءم مع البيئة الطبيعية يستطيع أن يتلاءم مع الظروف الاجتماعية والنفسية، والتي تتطلب منه باستمرار أن يقوم بموائمات بينها وبينه، وظروف الحياة نفسها تدفعه إلى هذا التكيف، وما يساعده على ذلك ما لدى الفرد من قدرة على التطبيع الاجتماعي والذكاء.[3]

وتماشيا مع وجهة النظر هذه فإننا نشير إلى أن استعمال كلمة التكيف في هذه الدراسة يقصد بها التوافق، والعكس صحيح.ويعرف التوافق ضمن ثلاثة اتجاهات رئيسية هي:

1-1 الاتجاه النفسي (الشخصي): ويعرف التوافق أو التكيف ضمن هذا الاتجاه بأنه إشباع الفرد للقدر الأكبر من حاجاته الجسمية، والنفسية، والاجتماعية.

فالتوافق لا يكون إلا إذا أحس الفرد بأن جميع حاجاته النفسية الأولية منها والمكتسبة مشبعة، ويتمثل ذلك في إشباع الحاجة إلى الطعام، والشراب، والجنس، (بطريقة شرعية). وكل ما يتعلق بحاجاته البيولوجية،

---

[1] - جمال محمد صقر- **اتجاهات** في **التربية والتعليم**- دار المعارف بمصر، ط1القاهرة 1965 ص 83

[2] - حسن الصالح الدهري- **الشخصية والصحة النفسية**-دار الكندي للنشر والتوزيع. الأردن 1999 ص 55

[3] - مصطفى فهمي- **التكيف النفسي**– مرجع سابق ص 10

والفسيولوجية، كذلك بالأمن وهي حاجة نفسية ضرورية، وإحساسه بأنه محبوب من الآخرين، وأن لديه القدرة علي الحب.[1]

ويذكر سعد جلال أن تكيف الفرد يتوقف علي مدي إشباع حاجته لتأكيد ذاته عن طريق إشباع الحاجات الأخرى والاجتماعية، إلا أنه قد تعترض سبيل الفرد عقبات تحول دون إشباع هذه الحاجات، فتؤدي إلى عدم تكيف الفرد.[2]

ويذكر أيضا بأن الحاجة تؤدي إلى استثارة الدافع، والدافع ما هو إلا حالة توتر تؤدي إلى عدم استقرار الكائن الحي واختلال توازنه، فيقوم بنشاط قصد التوصل إلى إشباع الحاجة، والتخفيف من الدوافع لإعادة التوازن، وإزالة التوتر، ولما كان الإنسان في عملية تفاعل مستمر مع بيئته المادية، والاجتماعية، وهذا التفاعل عملية ديناميكية، فعمليات التكيف عمليات مستمرة، وتوازن الإنسان دائما في حالة تذبذب بين الاتزان وعدمه [3].

و انطلاقا من أن الإنسان اجتماعي بطبعه فإنه لا يمكننا أن نتصوره دون إطار اجتماعي وثقافي معين. ونقول عنه انه متوافق، وعليه وانطلاقا من التعاريف السابقة فإن أنصار هذا الاتجاه قد بالغوا في إشباع الحاجات، وتناسوا الجانب الطبيعي والاجتماعي الذي يؤثر ويعدل من سلوك الفرد، حيث أن عملية التوافق أو التكيف لا تتوقف على الفرد فقط بل هناك معايير أخرى تتحكم وتتدخل فيها، كالمعايير الاجتماعية، والثقافية، والطبيعية. فالفرد لا يعيش بمعزل عن هذه المعايير والعوامل، فهي تؤثر فيه ويتأثر با ويؤثر فيها .

2-1 الاتجاه الاجتماعي:حسب هذا الاتجاه فإن تحقيق التوافق والتكيف يتوقف على مسايرة الفرد لمعايير وثقافة مجتمعه.

وفي هذا السياق يرى مصطفى فهمي أن كل مجتمع إنساني ينظم مجموعة من القواعد، والنظم التي تضبط علاقات الفرد بالجماعة، وتحكمها وفقا لمعايير التطبيع الاجتماعي، يتعرف على هذه القواعد و القوانين،ويتمثلها حتى تصبح جزءا من تكوينه الاجتماعي، ونمطا محددا لسلوكه داخل الجماعة.[4]

كما يرى أحمد عزت راجح أن التوافق حالة من الانسجام، والتلاؤم بين الفرد وبيئته التي تبدو في قدرته على إرضاء أغلب حاجاته، وتصرفه التصرف المرضي إزاء مطالب البيئة المادية والاجتماعية، والثقافية، ويتضمن التوافق قدرة الفرد على تغيير سلوكه، وعاداته عندما يواجه موقفا جديدا أو مشكلة مادية، أو اجتماعية، أو خلقية، أو صراعا نفسيا، تغييرا يناسب الظروف الجديدة.[5]

---

[1] - حسن الصالح الدهري- مرجع سابق ص 56

[2] - سعد جلال- **المرجع** في **علم النفس**- دار المعارف بمصر- ط1 القاهرة 1971 ص 487

[3] - مصطفى فهمي- **التكيف النفسي**- ص 10

[4] - مصطفى فهمي- نفس المرجع ص 13

[5] - أحمد عزت راجح -**أصول علم النفس**- المكتب المصري الحديث - ط10، الإسكندرية ص 10

ويتضح من هذا العرض أن الاتجاه الاجتماعي يعاكس الاتجاه النفسي بتركيزه على المجتمع ومكوناته المختلفة، ويرى أن الشخصية المتوافقة هي التي تساير المجتمع، وثقافته ومعاييره، غير انه قلل من قيمة الفرد وطاقته المبدعة، والتي غالبا ما تقف في وجه تلك المعايير .

3-1 *الاتجاه التكاملي* (النفسي الاجتماعي): التوافق أو التكيف حسب هذا الاتجاه عملية حيوية مركبة من قطبين أساسيين هما : الفرد وما به من حاجات ودوافع، وطموحات، والمجتمع أو البيئة المحيطة بالفرد بأبعادها المختلفة المادية، والاجتماعية، والثقافية، فالتوافق لا يحدث حسب هذا الاتجاه إلا بتكامل وتفاعل الفرد ومحيطه الاجتماعي .

وترى سمية فهمي في هذا الصدد أن التكيف يتضمن تفاعلا مستمرا بين الشخص وبيئته، فللشخص حاجات، وللبيئة مطالب وكل منهما يفرض مطالبه على الآخر، ويتم التكيف أحيانا عندما يرضخ الشخص ويتقبل الظروف البيئية التي لا يقوى على تغييرها. ويتحقق التكيف أحيانا أخرى عندما يبذل الشخص إمكانياته البناءة فيعدل الظروف البيئية التي تقف في سبيل تحقيق أهدافه، وفي أغلب الأحيان يكون التكيف حلا وسطا بين هذين الطرفين، وينشأ سوء التكيف عندما يفشل الشخص في تحقيق مثل هذا الحل الوسط، فتسوء صحته النفسية، فالصحة النفسية إذا هي قدرة الشخص على التوفيق بين رغباته وأهدافه من جهة، وبين الحقائق المادية والاجتماعية التي يعيش في وسطها من جهة أخرى .[1]

ومن هنا فإن التوافق في نظر هذا الاتجاه (التوفيقي) يعتمد على الفرد وما ينطوي عليه من بناء نفسي، وحاجات ودوافع (المحيط النفسي للفرد). كما يعتمد على المحيط الخارجي، ويقصد به المحيط الذي يقع فيه الفرد سواء كان الطبيعي أو الاجتماعي أم الثقافي.

وبناءا على ما سبق فإن هذا الاتجاه هو الأكثر قبولا واستعمالا، لأنه يمثل نظرة أكثر موضوعية لعملية التكيف أو التوافق، فهذا الأخير عملية حيوية في حياة الفرد، وتمثل سلسلة من محاولات التوفيق بين حاجات الفرد ومطالب بيئته، ولا تكون السيطرة المطلقة أو الدائمة لأي منها.

إن القيام بنشاط من أجل إشباع الحاجة، وخفض التوتر، والوصول إلى الاتزان هي دورة الحياة النفسية التي يعيشها الجميع في سعيه للتوافق الحيت وافقاً مستمرا.

ومن هنا يخلص الباحث إلى إن التوافق يعنى حالة من الرضا بخفضها المؤقت للتوترات، والتي يستشعرها الفرد بالبلوغ إلى الهدف، بحيث لا تلبث حتى تلد حالة من اللارضا تدفع الفرد بتوترها في سلوك جديد سعيا إلى هدف جديد، وهكذا دون توقف على طريق التقدم والصيرورة.

2- **أبعاد التوافق**: تعددت مجالات التوافق فنجد منها التوافق النفسي، التوافق الاجتماعي، التوافق العقلي، والتوافق الدراسي، والتوافق المهني، ويكون ذلك تبعاً لتعدد مواقف حياة الفرد، إلا أن معظم الباحثين في ميدان

---

[1]- سمية احمد فهمي - **مجالات الصحة النفسية** في **المدرسة**- بحوث منشورة في حوليات كلية البنات- جامعة عين شمس القاهرة. 1989 ص 80

علم النفس يتفقون على أن بُعدي التوافق الأساسيين هما: البعد الشخصي(النفسي)، والبعد الاجتماعي، على اعتبار أن تلك المظاهر المتعددة يمكن ضمها إلى بعضها لتشكل عناصر البعدين الشخصي والاجتماعي.

ويرى الباحث أن التوافق الدراسي عنصر مهم في هذه الدراسة، لذا أعطاه اهتماماً خاصاً إلى جانب البعدين الرئيسيين وهما التوافق النفسي، والتوافق الاجتماعي. ولقد تم تعريف هذه المصطلحات في الفصل الأول في الجزء الخاص بتعريف المصطلحات.

وبما أن الفرد هو عبارة عن وحدة جسمية نفسية اجتماعية لذلك نلاحظ إن البناء البيولوجي إنما يؤثر في الشخصية وفي عملية التوافق،كما تؤثر فيها الظروف الاجتماعية التي عاشها الفرد. لذلك فإن عملية التوافق تتضمن ثلاثة مستويات رئيسية وهي:

التوافق على المستوى البيولوجي،ويشير إلى أن التغير في الظروف ينبغي أن يقابله تغيير وتعديل السلوك، بمعنى أنه ينبغي على الكائن الحي أن يجد طرقاً جديدة لإشباع رغباته، وإلا كان الموت حليفه، أيأن التوافق هنا إنما هو عملية تتسم بالمرونة، والتوافق المستمر مع الظروف المتغيرة.

أما التوافق على المستوى الاجتماعي فهو يعني علاقة حسنة بين الفرد والبيئة وهو تغيير للأحسن، فالفرد يولد مزوداً بأنواع شتى من الاستعدادات الجسمية، والعصبية والنفسية، وهذه كلها تحتاج إلى شذب وتذيب، وتقوم الأسرة بجزء، ويقوم الاتصال والاحتكاك بالمجتمع بالجزء الآخر،أي أن البيئة تقدم المادة الخام وتقدم الثقافة القيم والمعايير،أما بالنسبة للتوافق على المستوى السيكولوجي، فهو أن هناك إدراك لطبيعة العلاقات الصراعية التي يعيشها الفرد في علاقاته الاجتماعية والبيئية، وأن هذا الصراع يتولد معه توتر وقلق، وهي تجربة يغشاها الألم، لذلك فإن توافق الفرد إنما يهدف إلى خفض التوتر وإزالة أسباب القلق، كذلك فالإنسان يرغب في إشباع دوافعه، وأن هذا الإشباع يعتمد على البيئة، وهو لا يستطيع أن يُشبع جميع رغباته فهو يشبع بعضها، وعليه أن لا يطغي إشباع دوافع معينة على بقيةِ الدوافع حتى يتحقق التوافق بل ويتحقق التكامل الذي يسمح للإنسان لتحقيق أقصى قدر من استغلال إمكانياته الرمزية والاجتماعية.

2-1التوافق الشخصي:وهو أن يكون الفرد راضيا عن نفسه غير كاره لها أو نافرا منها، أو ساخطا عليها، أو غير واثقا منها. كما تتسم حياته النفسية بالخلو من مشاعر الذنب والقلق والضيق، ومن المكونات الرئيسية لهذا البعد من التكيف إشباع الفرد لدوافعه المختلفة بصورة ترضي الفرد والمجتمع في آن واحد.[1]

وفي هذا السياق يرى كمال دسوقي أن بناء شخصية الفرد في اتفاق مع دوافعها للعيش وشحذ قوى العقل، واستعدادات الذكاء بالتعليم، والتفكير لإدراك محسوسات العالم الخارجي الذي يحيط بو الداخل الذي تنبعث من باطنه، ثم الاستجابة لكل ذلك بآليات الجهاز العصبي الذي يديره، ويرأسه المخ كجهاز توجيه وإدارة .[2]

وهكذا فإن هذا البعد يخص الشخص وحده، ومدى قدرته على فك الصراع أو الصراعات الداخلية التي يعيشها بسبب تصادم دوافعه المختلفة، ويقاس هذا البعد بمدى قدرة الشخص على التوفيق بين هذه الدوافع، وعليه

---

[1]- مصطفى فهمي - **دراسات** في **سيكولوجية التكيف**- ط1 ، 1987 ص 34

[2]- حامد عبد السلام زهران- **الصحة النفسية والعلاج النفسي**- علم الكتاب، ط1 القاهرة 1978 ص150

فالتوافق الشخصي هو تلك العملية التي يحقق بيا الفرد حالة من الاتزان مع نفسه، ويظهر ذلك في أن يكون واثقا منها معتمدا عليها في مواجهة المواقف التي يتعرض لها، كما يظهر في ميله إلى التحرر والواقعية، والانتماء، والانبساط مع خلوه من الأعراض المرضية.

2-2 التوافق الاجتماعي: يتمثل في العلاقة الجيدة والانسجام الكلي بين الفرد والبيئة المحيطة به، ويرى حامد عبد السلام زهران أن التكيف الاجتماعي هو السعادة مع الآخرين، و الالتزام بأخلاقيات التمع، ومسايرة المعايير الاجتماعية، والامتثال لقواعد الضبط الاجتماعي، وتقبل التغيير الاجتماعي السليم، والعمل لخير الجماعة، مما يؤدي إلى تحقيق الصحة الاجتماعية.[1]

فعملية التفاعل الاجتماعي للفرد لابد أن تتضمن التزامه بما في التمع من أخلاقيات نابعة من تراثه الروحي، والديني و التاريخي، هذه الأخلاقيات تعتبر علامات معينة عن طريق الفرد، تنبهه إلى ما في التمع من أوامر للنمو ونواهي، وما يعتبره من محرمات وممنوعات، و ما تحبذه منه أساليب سلوكية مختلفة، أو نواحي التفضيل المختلفة التي يراها و يؤديها الكيان الثقافي لهذا التمع، والتزام الفرد بذه الأخلاقيات فيه شعور بالتوحد مع الجماعة، و بمدى رضاها عنه و ارتياحها لما يصدر عنه و يتفق مع هذه الأخلاقيات.

ويرى أسعد رزوق في هذا الصدد بأن التوافق الاجتماعي هو تلك العملية التي يقتبس فيها الفرد نمط السلوك الملائم للبيئة، و بالنسبة لسلوك الفرد هو التغير الذي يطرأ تبعا لضروريات التفاعل الاجتماعي، واستجابة لحاجة الفرد إلى الانسجام مع مجتمعه، و مسايرة العادات والتقاليد الاجتماعية التي تسود هذا التمع .[2]

وهكذا من خلال التعاريف السابقة يتضح أن الشخص المتوافق من الناحية الاجتماعية هو الشخص الذي يستطيع إيجاد علاقات منسجمة مع البيئة المحيطة به بأشكالها المختلفة، سواء مع أفراد أسرته أم التمع بوجه عام، وهذه العلاقة ترتكز علي توفر مجموعة عناصر منها: تقبل الآخرين، والإيمان بالتعاون من اجل خدمة التمع، وخلو الفرد من الـ اعات المضادة للمجتمع كالتعصب العرقي، والتمييز العنصري، والـ اعات العشائرية، والإخلال بالنظام العام ....الخ.

3-2 التوافق المدرسي: يتعرض الشباب في المدرسة إلى معايير متضاربة قد تتعارض مع تلك السائدة في بيوتم، "فالمدرسة كصورة من التمع يقضي فيها الشباب فترات صباه،ومراهقته حتى سن الرشد، ومع أن التلميذ يتدرج في الاندماج بالمدرسة، ويتعود على تقبل ما فيها من تسلط التمع الأكبر، وضوابطه وسيطرته، فعندما يجئ السن الذي يستطيع فيه أن ينمي ملكاته العقلية، أن يناقش التمع الحساب، فهو في خوف من الصورة الكبيرة التي تنتظره (التمع)، و التي ليست هذه (المدرسة) غير صورتا المصغرة- يحس بالقلق و الثورة : لماذا كل هذه المواد الدراسية؟ ما قيمة كل هذا التحصيل؟ ما الداعي للتمسك بالنظام و تقييد الحرية؟ و هل هذا مطلوب للحياة العملية؟ هل الامتحان مقياس سليم لتقييم القدرات،أم أن الذي يحفظ هو الذي يتفوق؟ هل

---

[1]- حامد عبد السلام زهران- **الصحة النفسية والعلاج النفسي**- مرجع سابق ص150

[2]- اسعد رزوق - **موسوعة عبم النفس**- مكتبة لبنان، بيروت ص 88

الصمت و السكوت، و عدم المناقشة أو الاعتراض هو الأدب المطلوب، و الذي ينتقد و يحلل و يفكر باستقلال و حماس يكون غير مرضي عنه؟.[1]

ويتوقف التوافق الدراسي على عاملين أساسيين:

الأول: القدرات التي يتمتع بها التلميذ مثل الذكاء،والاستعداد والصحة.

الثاني:البيئة والمدرسة، وتشمل المناهج، والمدرسين، والإدارة، والأسرة، والمجتمع ككل.

كما يتوقف التوافق المدرسي للتلميذ على الأوضاع أو الجو الذي يسود المدرسة، كأسلوب العلاقات القائمة في المدرسة، أو الأنظمة السائدة فيها، أو طرق التعليم المتبعة فيها، كما يتوقف أيضا على خصائص النمو التي لم تقابل بعد، أو الانتقال من مرحلة تعليمية إلى أخرى، أو من مدرسة إلى أخرى.

ومن مظاهر سوء التوافق المدرسي الغياب المتكرر للتلميذ، وعدم الانتظام المستمر في الدراسة، بالتالي فشله الدراسي الذي قد يؤدي به إلى التسرب المبكر و ما يترتب عنه من مشاكل اجتماعية، كل هذا يكون نتيجة كراهية التلميذ للمدرسة أو فشله الدراسي، أو سوء علاقاته فيها، أو عدم تكيفه مع الأوضاع التي تختلف عن تلك الأوضاع التي تعود عليها في الأسرة.

3-نظريات التوافق :

3-1 مدرسة التحليل النفسي: حيث يرى أصحاب هذه النظرية أن الحياة عبارة عن سلسلة من الصراعات تعقبها إشباعات أو إحباطات، كما تفترض هذهِ المدرسة أن الشخصية تتكون من ثلاثة نظم أساسية وهي: الهو Id،والأنا Ego، والأنا الأعلىSuper Ego ، وبالرغم من أن كل جزء من هذه الأجزاء للشخصية لهُ ديناميانهِ وخصائص هِوميكانزماتهِ، ومبادئهِ التي تعمل وفقها، فإنها جميعاً تتفاعل معاً تفاعلاً وثيقاً بحيث يصعب فصل تأثير كلٍ منهما، وأن السلوك في الغالب هو محصلة التفاعل بين هذه النظم الثلاثة، ونادراً ما يعمل أحد هذه النظم بمفرده دون النظامين الآخرين ويرى أتواتر Atwater (1990) إن هذه النظرية أشارت إلى أن التوافق السوي يحدث من خلال إشباع الغرائز، وتقليل العقاب والشعور بالذنب، ومن ثم تعلم كيفية التعامل مع الصراعات الداخلية.

3-2 المدرسة السلوكية:ترى المدرسة السلوكية التوافق على أنه اكتساب الفرد لمجموعة من العادات المناسبة، والفعالة في معاملة الآخرين والتي سبق أن تعلمها الفرد، وأدت إلى خفض التوتر عندهُ أو أشبعت دوافعه وحاجاته، وبذلك دعمت وأصبحت سلوكاً يستدعيه الفرد كلما وقف في ذات الموقف مرة أخرى،وهكذا يرى أصحاب الاتجاه السلوكي أن السلوك التوافقي هو الذي يؤدي إلى خفض التوتر الناتج عن إلحاح الدوافع، والفرد بتعلمه يميل إلى تكراره في المواقف التالية، ويكون ثباته حسب عدد مرات التدعيم وقدرة الإثابة التي وفرها.

---

[1] - كمال دسوقي- **علم النفس ودراسة التوافق**-ط2، 1976دار النهضة العربية ، بيروت - ص 7- 8

3-3المدرسة الإنسانية: يؤكد أنصار الاتجاه الإنساني على خصوصية الإنسان بين الكائنات الحية، وعلى أن التحدي الرئيسي أمام الإنسان هو أن يحقق ذاته كإنسان، وكان أبرزهم ماسلو (Maslow) ، حيث وضع الدوافع على شكل سلسلة أو هرم متدرج من الحاجات، تبدأ بالحاجات الفسيولوجية مثل الجوع والعطش، ثم تأخذ في الارتقاء نحو حاجات نفسية أعلى كالحاجة إلى الأمن، والانتماء، والحب والتقدير الإيجابي، وتحقيق الذات، وأن التوافق يرتبط بتحقيق الذات، وأن سلوك الإنسان في الحياة ليس محكوماً بالدوافع على الإطلاق، بلمحكوماً بالدوافع غير المشبعة لأنها دوافع تظل تعمل وتوجه سلوك الفرد.

أما كارل روجرز (Rogers) فيرى أن التوافق والانسجام يتحقق للفرد عندما تكون الذات المثالية للفردSelf-Idealوالذات الحقيقية Real-Selfعلى استقامة واحدة،وإذا كانتا خارجة من نفس الاستقامة فيحدث عدم التوافق والانسجام، وتظهر هذه الحالة غالباً عند التعرض للضغط النفسي.وأيضاً يحدث التوافق عندما تتسق معظم الطرق التي يختارها الفرد لسلوكه مع مفهومه عن ذاته، فمفهوم الذات يقصد بمفكرة الشخص عن نفسه،ويتكون نتيجة احتكاك الشخص مع بيئته الاجتماعية التي يعيش فيها، ويمثل عاملاً هاماً في إدراك المواقف التي يتعرض لها في حياته،وإذا كان مفهوم الذات ايجابياً يكون أكثر قدرة على التعامل مع مصادر الضغوط، أما أذا كان مفهوما لذات سلبياً فان الفرد يدرك الموقف على أنه يمثل تهديداً وخطراً على مستوى التوافق لديه،ومن ثم يكون عرضة للضغوط والضيق والقلق، وتدافع الذات عن نفسها من خلال الحيل الدفاعية المختلفة، وإن استجابة المواجهة تجاه المواقف في البيئة تتأثر بمفهوم الذات، بمعنى أن مفهوم الذات عامل هام في تحديد سلوك المواجهة.

4- معايير التوافق :

يتخذ الأشخاص العاديين و كذا المختصين بدراسة السلوك البشري مجموعة من المعايير التي عن طريقها نستطيع تحديد نوع السلوك الذي نشاهده، و من أهم هذه المعايير المستخدمة للتمييز بين حالات التوافق السوي و غير السوي هي :

1-4 المعيار الإحصائي:وهو عبارة عن محك يقوم على المعنى الإحصائي لتوزيع الخصائص الإنسانية، كالطول، و الوزن والذكاء، وفي هذه الحالة التي لا ينحرف كثيرا عن المتوسط أو الحالة التي تدخل ضمن خصائص الأغلبية، فالشخص السوي هو المتوسط الذي يمثل الشطر الكبير من مجموعة الناس.

و يتطلب هذا المعيار أن تكون الأدوات التي يقاس بها التوافق أدوات موضوعية، و موثوق بها حتى تمكننا من تصنيف الأشخاص إحصائيا، وما يؤخذ على هذا المعيار هو أنه يهتم بالسلوك الظاهر دون الاهتمام بدلالة السلوك، ودوافعه ونتائجه، كما أنه يصلح لتقييم الأشياء المحسوسة كالطول مثلا، بينما يصعب بواسطته قياس أو تصنيف بعض سمات الشخصية، أو الاتجاهات و ما إلى ذلك.

2-4 **المعيار الحضاري (الاجتماعي):** حسب هذا المعيار فان الشخص السوي، أو المتوافق هو الذي يساير المعايير الاجتماعية و يمتثل لقواعد الضبط الاجتماعي، والشاذ أو غير السوي هو الذي يتصرف عكس ذلك.

لكن وجود مقومات حضارية و ثقافية مختلفة باختلاف الثقافات والمجتمعات تجعل من التوافق مسألة نسبية تتوقف على نوع المجتمع وحضارته و قيمته، وعليه ليس هناك معيار إنساني عام، فما يعد سويا في مجتمع قد يعيد مرضا و شذوذا في مجتمع آخر. كما يؤخذ على هذا المعيار أن المجتمع نفسه ليس دائما بالمجتمع السوي، فقد يمر بظروف وأوضاع تشيع فيه الأمراض النفسية، والآفات الاجتماعية، ومن ثم يكون الخضوع أو الامتثال لهذا المجتمع أمر متناقض لمعنى التوافق.

3-4 المعيار المرضي (باثولوجي): يصنف هذا المعيار الأشخاص حسب الأعراض الإكلينيكية، فالأفراد غير المتوافقين (غير الأسوياء) هم الذين تظهر عليهم أعراض مرضية، بينما المتوافقين أو الأسوياء لا تظهر عليهم هذه الأمراض. ومما يأخذ على هذا المعيار هو أنه لا يستطيع تحديد الدرجة التي نقف عندها، و نقول أن هذا السلوك سوي أو هذا شاذ.

4-4 المعيار المثالي: يعتمد هذا المعيار أساسا على أحكام قيمية تطلق على الأشخاص، و عادة ما يستمد أصوله من الأديان، و جهاز القيم الأخلاقية، و السواء حسب هذا المعيار هو الاقتراب،و الدنو من كل ما هو مثالي، و الشذوذ هو الانحراف عن المثل العليا.

لكن ما يؤخذ على هذا المعيار هو أن المثالية ليست محددة تحديدا دقيقا من جهة، و من جهة أخرى هو أن ما هو طبيعي في مجتمع ما قد يكون غير ذلك في مجتمع آخر.

5-4محك المقاييس (الاختبارات): الذي يركز في تصنيف حالات التوافق و سوء التوافق عند الأفراد على مجموعة من المقاييس، أو بطارية الاختبارات التي تهدف إلى قياس جوانب مختلفة من شخصياتهم كالشعور بالرضا عن الذات، والاتزان الانفعالي، وقوة التحمل والذكاء، والتوافق الشخصي، والاندماج الاجتماعي إلى غير ذلك، لكن يؤخذ على هذا المحك افتقار المقاييس إلى تصور أساسي لصفة التوافق التي تشتق منه أسئلة الاختبار أو المقياس، فهل للتوافق بعد واحد أو عدة أبعاد مختلفة؟ هذا فضلا من أن صدق الاختبارات أو المقاييس، وثباتها كانت ومازالت موضع نقد بالنسبة للكثير من العلماء، والمهتمين بعلم النفس.[1]

وبعد هذا العرض نعود إلى القول بأن الصعوبة في فهم الإنسان وتباين سلوكه بين الحين والآخر، ونسبيته هي من أهم الأسباب والعوامل التي أدت إلى ظهور كل هذه المعايير التي لم يتسم إي واحد منها بالشمولية والتكامل. ويرى في هذا السياق محمد السيد أبو النيل أنه لا يمكن استخدام محك واحد من المحكات السابقة في تشخيص الأسوياء، بل يوضع في الاختبار هذه المحكات جميعا عند التشخيص .[2]

---

[1]- نصر الدين جابر- **علاقة التقبل الرفض الوالدي بتكييف الأبناء** - دكتوراه غير منشورة في علم النفس الاجتماعي- جامعة الجزائر 1997ص67

[2]- محمد سيد أبو النيل- **مرجع سابق** ص44

5- **العوامل المأثرة في التوافق النفسي الاجتماعي للمراهق:** يتضح من خلال ما سبق أن التوافق عملية حيوية وهامة في الحفاظ على الاتزان الذاتي للشخصية، وهناك عاملان رئيسيان يقفان وراء توافق الأشخاص، يتمثل العامل الأول في الفرد نفسه بما في ذلك صحته النفسية والجسمية، وحاجاته وقدراته العقلية، أما العامل الثاني فيتمثل في البيئة المحيطة بالفرد خصوصا البيئة الاجتماعية، كالمحيط الأسري، والمدرسي، والاجتماعي بوجه عام، وكل ما يحيط بالفرد .

5-1عوامل مرتبطة بالمراهق ذاته: وهي عوامل ترتبط بالمحيط الداخلي للمراهق، وتتمثل في جميع مكوناته الشخصية من حاجات ودوافع وخبرات، وقيم وميول وقدرات، وعواطف، والانفعالات التي تقوم بتوجيه السلوك الفردي.[1]

وتأخذ الحاجات والدوافع القسم الأكبر لوقوفها وراء جميع أنماط السلوك التي يقوم بها الفرد، سواء كانت متوافقة أم غير متوافقة، حيث يتفق الكثير من علماء النفس على أن الحاجات هي نقطة البدء في عملية التكيف، وإشباعها هي نقطة النهاية، فلا يمكن تصور سلوك بدون دافع ودافع بدون هدف محدد له.

فعملية التكيف ترتبط بالدافع كنقطة بداية وبالهدف كنقطة نهاية، يتحقق فيها الإشباع أو الإرضاء، وعمر الإنسان يمثل سلسلة من محاولات السعي المتكررة من أجل الحفاظ على مستوى مقبول من التوافق بين نفسه والمحيط الذي يعيش فيه، فوراء كل سلوك بشري دافع يثيره، وهدف يسعى إلى تحقيقه، وكلما نجح في إشباع دوافعه كلما استطاع تحقيق مستوى أفضل من التكيف.[2]

وتحقيق المراهق لتكيف نفسي اجتماعي مقبول لا يقتصر فقط على إشباع دوافعه الأولية أو العضوية، والتي تمثل الحاجات الأساسية، أو الفسيولوجية التي لا غنى للفرد عن إشباعها كدافع الجوع، العطش، النوم، الجنس، البحث عن الراحة، بل يتعين عليه كذلك إرضاء دوافع أخرى تنمي فيه إنسانيته وانتمائه الاجتماعي، وهي حاجات يتعلمها ويكتسبها من خلال عملية التنشئة الاجتماعية التي يمر بها طوال حياته مثل الحاجة للأمن، التي تعتبر من أهم عناصر الاتزان النفسي والاستقرار الانفعالي، والحاجة للحب والرغبة في التملك وكسب الأشياء، وتأكيد الذات وتقديرها.

ومن هنا فإن الفرد يسعى جاهدا لبلوغ المستوى المرغوب من التوافق، سواء بالطرق المباشرة وهي أقصر الطرق، وفي حالة تعذر ذلك يلجأ إلى طرق أخرى غير مباشرة يحاول بواسطتها بلوغ مستوى من الانسجام والتوافق (أو ميكانيزمات الدفاع)، وهي وسائل الإنسان في سعيه وراء التكيف، لأنها تشير إلى مجموعة أشكال السلوك التي يلجأ إليها في سعيه وراء تحقيقه بغية إعادة التوازن، والتلاؤم العنصري أو النفسي.[3]

وميكانيزمات الدفاع كثيرة ومتنوعة تختلف باختلاف عناصر التوافق وسنتعرض إليها بالتفصيل لاحقا.

---

[1]- فايز علي الحاج- **الصحة النفسية** - المكتب الإسلامي-ط1 بيروت 1984 ص 25

[2]- نصر الدين جابر- مرجع سابق ص 96

[3] - فايز علي الحاج- مرجع سابق ص 140

2-5 عوامل متعلقة بالمدرسة والمحيط: إن كل كائن حي إنساني يعيش في مجتمع و تحدث داخل إطاره عمليات من التأثير والتأثر المتبادلة، التي تتم بين أفراد ذلك المجتمع، ويحدث بين هؤلاء الأفراد نمط ثقافي معين، كما أنهم يتصرفون وفق مجموعة من النظم، و القوانين و التقاليد، والعادات، والقيم التي يخضعون لها، للوصول إلى حل مشاكلهم الحيوية لاستمرار بقائهم بطريقة صحيحة نفسيا و اجتماعيا. [1]

و عادة ما يكون تأثير المجتمع أكثر من تأثير الفرد، إذ أن المجتمع بواسطة وسائطه التربوية و الثقافية هو الذي يصنع الشخصية، مما يجعل من الصعوبة لمكان خروج هذا الأخير- الشخص- عن القواعد الاجتماعية المتفق عليها من قبل الجماعة، و هكذا تأثر البيئة بأبعادها الثلاثة الطبيعية، والثقافية بطريقة مباشرة على حياة الفرد، و تحدد الأسلوب الذي يحقق له التكيف و الموائمة مع كل جانب من جوانب هذه البيئة . [2]

ترتبط البيئة الطبيعية بشكل خاص بالتكيف البيولوجي، أما البيئة الاجتماعية و الثقافية فتظهر من خلال الجماعات التي يندمج فيها الشخص كالأسرة و المدرسة، و جماعة الرفاق، و المؤسسات الثقافية والإعلامية. وكلها تأثر بشكل أو بآخرعلى توافق الفرد، ولعل أهم هذه الجماعات الأسرة، فهي الجماعة الأولى التي تشرف على النمو الجسمي، و النفسي والاجتماعي للطفل، و تؤثر في تكوين شخصيته وظيفيا، و ديناميا، وتوجيه سلوكه منذ طفولته المبكرة، و تلعب العلاقات بين الوالدين، و العلاقات بينهما و بين الطفل و إخوته دورا هاما في تكوين شخصيته، و أسلوب حياته. [3]

و تعد المدرسة المؤسسة الاجتماعية ذات الأهمية الكبرى التي تلي المنزل،فالمدرسة لها رسالة تربوية تهدف إلى ما هو اشمل، و أوسع من مجرد التعليم و تحصيل المعرفة، ومن أهم أهداف هذه الرسالة تكوين الشخصية المتكاملة للتلميذ وإعداده ليكون مواطنا صالحا، و رعاية نموه البدني، و الذهني و الوجداني، و الاجتماعي في آن واحد. [4]

كما تعتبر المدرسة أكبر مجال اجتماعي لإثارة الفوارق بين القدرات بما يؤهل لإعادة توزيع الطبقات، فالتفوق الدراسي يغذي الطموح لقيادة المجتمع، أو الانتقال على الأقل من طبقة دنيا محكومة، و مغلوبة على أمرها إلى طبقة عليا متحكمة و متميزة، خلال التقديرات الدراسية من مرحلة إلى أخرى، و عند الانتقال من سنة لما بعدها في المرحلة الواحدة يتقدم ذوي الطموح و المواهب، أو قد يكونون من الضعاف و المتخلفين، وغير ذوي الاستعداد للدراسة. [5]

كما تؤثر جماعة الرفاق على التوافق النفسي الاجتماعي للمراهقين، حيث يشعر هذا الأخير بالسعادة حين يكون وسط رفاقه يكلمهم و يلاعبهم، و يأكل معهم دونما تحرج، ومما ذكرته "هارلوك" يمكن استنتاج عدة

---

[1] - مصطفى فهمي - **دراسات** في **سيكولوجية التكيف**- مرجع سابق ص 64

[2]- مصطفى فهمي - نفس المرجع ص64

[3]- حامد عبد السلام زهران- **الصحة النفسية والعلاج النفسي**- مرجع سابق ص84

[4]- صموائيلميغاريوس - **الصحة النفسية والعمل المدرسي**- مكتبة النهضة المصرية. القاهرة. 1974. ص 65

[5]- كمال دسوقي- **علم النفس ودراسة التوافق**- مرجع سابق، ص 24

نقاط تشيع في المراهقين أهدافا متنوعة عندما يكون ضمن هذا الإطار الاجتماعي، فالجماعة توفر له شعورا بالأمان و الارتياح والمتعة، ومجموعة الرفاق تساعده على تعلمه فن التعامل مع الآخرين، كما أنه يستطيع عن طريق تفاعله في وسط مجموعته أن يصبح أكثر تساهلا و مرونة، ومنها يكتسب المهارات الاجتماعية، و الولاء الاجتماعي.[1]

6- التوافق عن طريق الحيل اللاشعورية(ميكانيزمات التوافق):

هي أساليب هروبية دفاعيه لا تستهدف حل الأزمة النفسية بقدر مات رمى للخلاص من مشاعر التوتر والقلق، والوصول إلى قدر من الراحة الوقتية، وهى حيل لا شعورية غير مقصودة تصدر عن الفرد بشكل تلقائي دون أن يسبقها تفكير.

كما تعتبر هده الأساليب وسيلة جوهرية للدفاع عن الذات ضد التغيرات، والضغوط الجماعية والفردية، ومقاومة الخبرات التي تفسرها الذات على أنا مهددات لوجودها، وهي تدف لحفظ الذات كاملة وإخفاء طبيعتها عندما تكون عرضة للكشف والتعري.وهي عادات مكتسبة اجتماعيا ويعمل أغلبها بطريقة لا شعورية.[2]

وتعد الحيل النفسية للدفاع أساليب سلوكية توافقية لا شعورية، تعرف أحيانا بميكانيزمات التوافق، أو حيل الدفاع النفسي، أو ردود الفعل الدفاعية، يستخدمها الفرد عند فشله في تحقيق أهدافه بفعل عوامل الإحباط، والصراع هروبا من المواقف المؤلمة، هذه العوامل التي يعجز عن مواجهتها بأساليب مباشرة يبرر فشله منطقيا أمام نفسه و أمام الآخرين، و يتخلص من التوتر، ويتحرر من القلق و الشعور بالذنب، و يشعر بالارتياح و التوافق مع الموقف.[3]

وهذه الحيل الاشعوريه التي يلجأ إليها الإنسان متعددة متفاوتة ومتشابكة تعمل في أكثر من ميدان، وقد تشترك أكثر من عمليه في الميدان الواحد بصوره متداخلة تجعل من الصعب تصنيفها، ومن بين هذه الميكانيزمات الأكثر استعمالا ما يلي :

---

[1]- عبد العالي الجسماني- **علم النفس والتعليم** - دار العربية للعلوم- ط1 –بيروت 1994 ص216

[2]- ديب محمد علي الخالدي - **دراسة تنبؤية بالتفوق العقلي** في **ضوء بعض المتغيرات المرتبطة** بين **تلاميذ المرحلة الإعدادية**- رسالة دكتوراه، كلية التربية، جامعة عين شمس، 1981 ص210

[3]- حسن الصالح الدهري- مرجع سابق ص 60

1-6الكبت refoulement :هي عملية لا شعورية يتم بها إخفاء تجارب مؤلمة عن الوعي، فادا كبتت في اللاشعور أراحت الفرد من عذاب الضمير.ومن مضاره انه يستنفد بعض طاقات وقدرات الفرد التي يمكن الاستفادة منها.

كما يعتبر الكبت ميل لاشعوري إلى النسيان وعدم الوعي، وذلك لمنع تأثير المكبوت، الأمر الذي لا يتحقق مع ذلك إلا في الكبت الناجح حيث يضل المكبوت فعالا.

وبمعنى أخر الكبت عملية نفسية لا شعورية تتم في نطاق الوعي وتحول دون خروج الأفكار الخائبة أو الرغبات المؤلمة، أو المحرمة، أو المرفوضة إلي مجال الشعور، والطفو من اجل الإشباع، فيستعان بهذه العملية للابتعاد أو تجنب المواقف أو الحوادث المؤلمة التي تسبب إزعاجا وقلقا، فالفرد يستخدم هذه الوسيلة بطريقة لا شعورية عندما يكبت إشباع دافعه الجنسي مثلا، بسبب الوازع الديني أو نواهي الضبط الاجتماعي الرافضة لطريقة إشباعه لهذا الدافع، كما يستعين بها للتخفيف من شدة قلقه الناجم عن فشله في تجسيد طموحاته المتعددة التي كثيرا ما تصطدم بنظام الأسرة، أو بأساليب المعاملة الوالدية السيئة، أو مع عادات وتقاليد محيطه الاجتماعي، ويكون الكبت في بعض الأحيان نتيجة للإحباط، وبتكراره بصورة مفرطة يؤدي إلى ظهور بعض الاضطرابات السلوكية مثل الأرق، وفقدان الشهية للطعام والقلق الحاد، وظهور النزعة العدوانية، وتعاطي المخدرات والإفراط الجنسي، كما يؤدي عند البعض إلى ظهور بعض الأمراض النفسية-الجسمية، أي تتحول الدوافع والرغبات المكبوبة عند الشخص إلى آلام جسمية مثل الصداع، والشعور بالتعب، والإرهاق أو الهستيرية التحويلية، كالشلل الجزئي أو العمى البصري، أو فقدان الحساسية ....الخ، كل هذه الأعراض تمثل مؤشرات عدم التوافق.

2-6 العدوان Agression: يعد العدوان من ردود الفعل الرئيسية للإحباط، حيث ترتبط النوبات العدوانية، وتتحرك بفعل الإحباط، ويقترن العدوان دائما بانفعال الغضب، فقد يستثار إذا كان هناك مثير لذلك، ويعد الانفعال استجابة غير مسيطر عليها من جانب الفرد، كرد فعل لعائق أو مجموعة عوائق توجهه وتمنعه من إشباع حاجاته الفسيولوجية والنفسية والاجتماعية، عندها يلجأ الفرد إلى العدوان بإيذاء الآخرين أو الذات، أو كلاهما معا.

وعلى هذا الأساس فالمتعدي يعاني من إحباط شديد سابق أو متوقع، ولديه شعور بالنقص، وقد يكون عدوانه نتيجة لتوقعه عدوانا، أو هو رد فعل لعدوان وقع عليه بالفعل، أو أن العدواني هو بحاجة إلى تأكيد ذاته عندما يتعرض إلى إثارة خطيرة من الخارج، أو من الداخل ويظهر هذا التأكيد على شكل انفعال شديد تتبعه استجابات تعويضية لمواجهة هذا الموقف.

ويرتبط العدوان عند المراهق بسعيه لتأكيد ذاته، وقد يكون العدوان سلوكا شاذا إلا أنه يستمر ما دامت الحياة موجودة في تأدية وظيفة ضرورية تتصل بجهود المراهق لأن يكون شخصا فريدا متميزا عن الآخرين، والسعي إلى تأكيد الذات، وتحقيق الاستقلالية يتخذ طابعا حادا في المراهقة، وهذا يجعل المراهق حساسا ومعرضا أكثر من سواه للغضب و العدوان.

3-6 الإسقاط projection: حيلة لاشعورية يوظفها الفرد ليسقط ما ينكره على نفسه من أفكار، وصفات وعيوب ونواقص على غيره، وتحميل الغير ما يجده الفرد انه سببا في عدم توافقه الاجتماعي، وعن طريق ذلك تسمح لبعض الانفعالات المكبوتة بالتنفيس عن نفسها لإلقاء اللوم على الآخرين، ودفع اللوم عنهم بدف التهرب من المواجهة والمسؤولية، وهذه الحيل تجعل صاحبها يشوه مفهومه عن الواقع، وكثرتا تقطع صلة الفرد بالحقيقة والعالم الخارجي، وتعقد إدراكه لنفسه على حقيقتها، وتعتبر نوعا من التبرير.

يعمل هذا الأسلوب للتخفيف من معانات غير معروفة المصدر بالنسبة للشخص، لأنه ميكانيزم يعمل بطريقة لا شعورية، فقد يشعر الشخص ببعض العيوب والدوافع المستهجنة، و الأفكار غير مقبولة اجتماعيا، و يرفض وجودها في نفسه، و يتبرأ منها بإسقاطها.

و بمفهوم التحليل النفسي فإن الإسقاط حيلة نفسية لاشعورية يلجأ إليها الشخص للدفاع عن نفسه ضد مشاعر غير سارة، أو مؤلمة في داخله مثل الشعور بالذنب، أو الشعور بالنقص، فالمراهق قد ينتقد سلوك بعض الزملاء، ويلومهم على تصرفاتم السيئة التي يتصف با هو في الحقيقية ليلتمس عذرا لهذه التصرفات، و للتخفيف من شعوره السيئ.

4-6 التبرير Rationalisation: أساس هذه الحيلة هو الاحتفاظ بالتقدير الذاتي للشخص، وحرصا على التوافق الاجتماعي الذي يفرض أن يكون ما يصدر من الفرد متفقا مع قيم المتمع وتقاليده، ولذا يدخل التبرير في سائر مكنيزمات التوافق الاجتماعي.

وتدف هذه الحيلة النفسية إلى إبراز أسباب شعورية غير حقيقية من واقع الأمر، يقتنع با الشخص لأنا تبدو معقولة و متزنة، و تلقى قبولا اجتماعيا.وهي من الحيل التي يلجأ إليها الفرد لإبعاد التهمة عن نفسه، أو لتبرئة ذاته من الشعور بالذنب.

وصوره:السلوك غير المقصود، عدم الاهتمام بالنتيجة، قلب الخسارة نفعا، التبرير عن طريق الإسقاط.

فوائده:تأكيد التوافق الاجتماعي، والتخفيف من التوتر النفسي الناتج عن سوء التوافق.

سلبياته: الإكثار منه يعيش الفرد في عالم من الخداع النفسي لا تتفق مع الحقيقة، وتسبب الاحباطات، والإحساس بالذنب بعد وقوع الحادث.

كما تدف عملية التبرير إلى مخادعة الغير بتزييف الحقائق فمثلا: التلميذ الذي يفشل في امتحان آخر السنة، فيبرر فشله بإرجاعه إلى عيوب في شخصية المدرس، أو لصعوبة المواد الدراسية، أو لعدم توفر الوقت الكافي للمراجعة، والتبرير العادي غير المبالغ فيه يحافظ على الاتزان النفسي، ويوفر الأمن في بعض الحالات، ولكن تكراره واستعماله بطريقة مفرطة خاصة لدى المراهقين، مثل كثرة شكاويهم وانتقاداتم، وتبريرات تصرفاتم يؤدي بم إلى الاعتقاد بجدوى هذه العملية النفسية، ويتعاملون معها على أنا حقيقة، ويبتعدون بذلك عن مواجهة العقبات، كما تضعف قدراتم على تحمل المسؤوليات.

5-6 التعويض compensation: وسيلة شائعة يستخدمها الفرد عندما يصاب بإحباط لسبب ما، وهي قد تكون شعورية أو لا شعورية، وبا يقاوم الفرد التقمص، ويعمل على التغلب عليه وتغطيته بأفعال

ايجابية،وتعويض الفشل في مجال آخر، ومحاولة التعبير عن الدوافع التي ينتقدها المجتمع بوسائل أخرى يرتضيها المجتمع ويقرها.

كما تستخدم من طرف الفرد لتغطية ضعف أو نقص في صفة مقبولة اجتماعيا أو أخلاقيا، ويلجأ إليها الفرد بقصد التغلب على الشعور بالضعف أو الدونية، بإحراز تفوق في ميدان آخر، وبإتباع أنماط جديدة من السلوك، فالتلميذ الذي لم يسعفه الحظ في النجاح في الدراسة يعوض فشله في نشاط رياضي أو فني، فهذه الوسيلة الدفاعية تغطي صفة غير مستحبة بصفة أخرى أكثر تقبلا من طرف الشخص والآخرين مع الاجتهاد في ممارستها.

6-6 الإعلاء والتسامي sublimation: حسب فرويد فإن هذا الميكانيزم الدفاعي يعمل على تحويل الحفزة غير مرغوب فيها إلى اتجاه آخر بحيث يحدث تعديلا في الهدف.

وبمعنى آخر هي تلك العملية التي يتم فيها تحويل طاقة الميول، والحوادث المكبوتة وتوظيفها في ميدان النشاط والإنتاج، وتقرها الأوضاع الاجتماعية والتقاليد،والهدف منها عموما هو تحويل الرغبة المراد إشباعها التي تلقي رفضا أو استهجانا من قبل الوسط الاجتماعي إلى سلوك مقبول يرضي فيه الغير ويستحسنه. فالفرد يستعين با لإعلاء طاقات دوافعه المكبوتة في كل نشاط سامي يتم فيه إشباع حاجاته بطريقة مقبولة اجتماعية، كالاهتمام بالدراسة أو العمل، أو المشاركة في الأنشطة الرياضية، أو ممارسة بعض الهوايات .

7-6 أحلام اليقظة: حيلة لا شعورية تجعل صاحبها يسبح في أوهام هربا من مواجهة الواقع نتيجة لعدم إشباع دافع بسبب الشعور بالعجز والفشل، وقلة الحيلة فيطلق الفرد العنان لخياله وأحلام اليقظة ويسرح في عوالم متعددة، ينسج خلالها صورا تمكنه من إشباع واهم، تجعل صاحبه يتقوقع في أوهام بحيث يصبح هدا التقوقع بمثابة عالم متكامل يعيش فيه، ويؤدي دلك لنسيان الواقع، وقد يؤدي لسوء التكيف، كالفصام، وهي إحدى الطرق والحيل التي يلجا إليها الفرد عندما يعجز عن تحقيق دوافعه بالطرق الطبيعية، فيلجا لميدان آخر ليس به عقبات ولا تصادف فيه مشكلات، هو عالم الخيال فيهرب لهدا العالم فيحقق فيه كل ما يشتهي وكل ما يريد.

كما يسعى الفرد من خلال أحلام اليقظة إلى تحقيق أهدافه وطموحاته بطريقة غير واقعية التي عجز عن تحقيقها في الواقع، فتخفف عنه مشاعر الفشل والإحباط والقلق، ويستمتع بمشاعر القوة، والتفوق والنجاح في الخيال، بعيدا عن حدود الواقع ومشكلاته.

وتتضمن أحلام اليقظة انسحاب ذهني من عالم الواقع لتحقيق ما يصبو إليه، كما تفسر على أنها اهتمامات الشخص لتحقيق توافق مقبول بين تطلعاته والواقع المعاش، فهي نوع من التخيلات، وسلسلة من الصور الخيالية والحوادث المتخيلة التي تمر في خيال الفرد، وعندها يترك العنان لعقله ولمخيلته لينتقل دون إشباع في الحياة الواقعية، وفي فترة المراهقة مثلا يلجأ الكثير من المراهقين لمثل هذه الحيل الدفاعية بسبب تعدد طموحاتهم وصعوبة تحقيقها، ومواضيعها تبقى ذاتية، فهم يعوضون حالات الفشل والإحباط بلحظات تأمل وتفكير يعيدون فيها بناء طموحاتهم، يستسلمون لأحلام اليقظة باعتبارها وسيلة هروب من ظروف الواقع .

و تبقى هذه الحيلة اللاشعورية طبيعية إذا كانت في صورتا المعتدلة، و تمهد لعمل إبداعي، و لكنها تكون وسيلة انسحابية في صورتا المبالغ فيها.

6-8 النكوص: هي حيلة لا شعورية تعود بالفرد لطور سابق من أطوار النضج من مراحل حياته، ويعتمد على مظهر من مظاهر السلوك يحاول الإنسان الارتداد إليه.

وهو يعبر عن حيلة هروبية تجعل صاحبها يتراجع أمام ضغوط الحياة وما يصاحبها من مواقف تحتاج للمواجهة بالارتداد لمسلك خاص بمراحل النمو المبكرة، وهو المرض العقلي المعروف بالفصام وعندما تضطرب الأمور أمام الفرد، ويشعر بأنا اكبر من استطاعته. ويظهر النكوص في التصرفات الانفعالية خاصة عندما يشعر الفرد بفشله.

6-9 التقمص:يلجا الفرد إلى هده الحيلة لشعوره بالنقص أو الرغبة في التفوق على من حوله، أو للتوافق مع التمع.وهو احد المسالك التي تنتقل فيه عاداتنا التوافقية لأبنائنا دون أن ندري، وتتواصل بفضله الأنماط السلوكية عبر الأجيال.

والتقمص قد يكون دو فائدة إذا اتجه لتكامل ذات الفرد مع آخر ذو شخصية متميزة، لها قيمتها واعتبارها، اد يكتسب بعض خصائصها لتصبح جزءا من شخصيته في مجموعها تسمح بدلك .

6-10 الانسحاب:إن الانسحاب في الوقت المناسب يعد من الأساليب الدفاعية المقبولة إذا لم يبالغ فيه، وهو هروب من مواجهة مشكلة توافقية رغبة في تخفيف التوتر، وقد ينسحب الفرد مؤقتا حتى يستجمع قواه وإرادته، وهو هنا انسحاب مفيد. وقد يكون انسحاب من الحياة الاجتماعية هربا من مشاكلها مثل الانعزال، والانطواء والهجرة.

6-11 رد الفعل والتكوين العكسي: هي عملية لاشعورية تتم حينما يفشل الكبت في تحقيق توافق اجتماعي، فيلجا الفرد لإخفاء الدوافع والسلوك غير المرغوب فيه خلف ستار مصطنع من السلوك المغاير بصورة مبالغ فيها.

والتكوين العكسي يعتبر ميكانيزما إضافيا للتوافق الاجتماعي، وهو مفيد ولكن بالمغالاة يؤدي لأضرار اجتماعية منها التطرف والتزمت.[1]

وهناك ميكانيزمات دفاعية أخرى لا تقل أهمية عن الحيل اللاشعورية السابقة الذكر في مساعدة الفرد في التوافق النفسي الاجتماعي كالعزل، الإفراط في التدخين، شرب الخمر، تعاطي المخدرات وكثرة النوم، و الهدف من استعمالها هو التخفيف من حدة القلق و الصراع، و الحيرة التي تنتابم، و إذا كان الفرد يستعمل ميكانيزمات التوافق من أجل تحقيق مستوى أفضل من التوافق فإن لهذه الحيل سلبيات عندما يعتمد عليها في مواجهة كل مشاكله، حيث تصبح وسائل انسحابية إتكالية، تعيق توافقه النفسي الاجتماعي.

---

[1]- عباس محمود عوض - **الموجز في الصحة النفسية** - دار المعرفة الجامعية ، الاسكندرية1989، ص276- 301.

كما يتضح مما سبق أن الأزمات النفسية، ومسببات القلق والصراع، والإحباط يجب على الفرد أن يتجاوزها بأساليب أو حيل تحقق له التوافق، والحيل الدفاعية لا تستهدف حل الأزمات التي يعاني منها الفرد بقدر ما تستهدف الخلاص من القلق بخفضه.إنا وسيلة للراحة الوقتية، وإنا تعوق النمو النفسي، دلك بأنا تحجر على الطاقات النفسية وتعطلها، وهي إن حققت نجاحا وصارت ذات اثر فعال في تحقيق أغراضها، استمرت في استبدادها وسيطرتا على الأنا، وأمعنت في إنقاص مرونته على التوافق.[1]

7- مظاهر حسن التوافق النفسي الاجتماعي للمراهق:

عندما تكون المدرسة مكانا محبوبا بالنسبة للمراهق، وجوا اجتماعيا صالحا يقضي فيه التلاميذ أوقات رائعة في نارهم مشوقة لهم، فتصبح مكانا يقدم لهم الأمن- أمن خاص بم- و مكان يمارسون فيه أنشطتهم، و مواهبهم و تحل فيه مشاكلهم، و يتخلصون من إظطراباتم و أزماتم النفسية، و ذلك للتغلب على أزمة مرحلة المراهقة، و هنا فقط يشعر المراهق بذاته، و يتحقق كيانه و بالتالي يحس بأهميته و بأنه جزء لا يتجزأ من المدرسة و من المجتمع ككل، و هنا يستطيع تفهم المرحلة التي يمر با، ويحاول السيطرة و التخفيف من أزماته، بتفهم نفسه و محيطه المدرسي، و الأسري، و العيش في الواقع، و تقبله التكيف مع المواقف التي تصادفه في حياته، ويعد هذا مؤشرا على توافقه النفسي الاجتماعي الذي من مظاهره :

1-7 الشعور بتقدير الذات :إن فكرة الشخص عن نفسه هي النواة الرئيسية التي تقوم عليها شخصيته، كما أنا عامل أساسي في تكيفه الشخصي و الاجتماعي، فالذات تتكون من مجموع ادراكات الفرد لنفسه و تقييمه لها، فهي إذن تتكون من خيرات إدراكية، و انفعالية تتركز حول الفرد باعتباره مصدر الخبرة، و للسلوك و الوظائف.

و يظهر شعور المراهق بتقدير ذاته برضاه عن نفس هو الدفاع عنها، و تعويدها على مواجهة مواقف الإحباط و الفشل، و كذا في الثقة في قدرته على تحمل نتائج أفعاله، و اتخاذه قراراته في الوقت المناسب، و الجرأة و الصراحة و الصبر في حل مشاكله، و الابتعاد عن اتكاله في إنجاز أعماله، و المثابرة في تحقيق أهدافه.

2-7 إقامة العلاقات و الابتعاد عن العزلة و الانطواء:يتجلى ذلك في إقامة المراهق لعلاقات صداقة، ومشاركة زملائه في بعض الأنشطة والهوايات المفضلة، والتودد للبعض منهم، والاستماع إلى انشغالهم، ومساعدتم وزيارتم، وقبول دعوة من يرتاح إليهم، لان اتساع دائرة علاقاته الاجتماعية وتعدد أطرافها، يشعره بالراحة ويمده بالمساندة المعنوية لمواجهة ضغوطات العائلة والمجتمع ككل .

فالشخص السوي هو الذي يحقق وجوده ككائن حي اجتماعي يعترف بحاجاته إلى أفراد مجتمعه وفي تعاونه معهم، واضطلاعه بدور اجتماعي من أجل تحقيق حياة أفضل له ولمجتمعه .[2]

4-7 الثبات الانفعالي:وهي من أهم السمات التي تميز الشخص المتوافق، التي تتمثل في قدرته على تناول الأمور بصبر وأناقة، ولا يستفز، و لا يستشار من الأحداث التافهة، ويتسم بالهدوء والرزانة، ويتحكم في

[1]- عباس محمود عوض - **الموجز** في **الصحة النفسية** - نفس المرجع ص78

[2]- مصطفى فهمي - **دراسات** في **سيكولوجية التكيف**- مرجع سابق ص75

انفعالاته المختلفة (الغضب ،الخوف ،الكراهية ،الغيرة ...)، وهذه السمة مكتسبة من خلال عملية التنشئة لاجتماعية .[1]

كما تظهر هذه السمة أيضا في قدرة الفرد أو المراهق على تجاوز مواقف الإحباط، والتحكم في ميولا ته ورغباته المتعددة، وانخفاض درجة تقلباته المزاجية، والاستقرار النسبي لحدة انفعالاته، واستعمال العقل في تجسيد طموحاته.

7-4 العلاقات مع البيئة المحلية: أين يظهر المراهق علاقات طبيعية مع أسرته، ويشعر بأن الأسرة تحبه وتقدره، وتعامله معاملة حسنة، كما يشعر في كنفها بالأمن، واحترام أفراد أسرته له، وهذه العلاقات تتنافى مع ما للوالدين من سلطة عادلة على المراهق، وتوجيه سلوكه، كما يظهر الرغبة في قضاء وقت أطول داخل البيت، والشعور باعتزازه بانتمائه العائلي.

كما يبدو ذلك أيضا من خلال علاقته بزملائه، حيث يندمج معهم و يساعدهم إذا احتاج أحدهم لمساعدته، و يسر لمقابلتهم خارج المدرسة، و يهتم بمصالحهم الشخصية، و هو محبوب منهم، و قد يولونه في بعض الأحيان مركزا قياديا بينهم.

كما يتجنب المشاجرات معهم، وإبداء حيوية مشاركة أصدقائه في الأنشطة الرياضية والفكرية، ومعاملتهم معاملة حسنة، والتقليل من التغيب عن المدرسة، والابتعاد عن الفوضى والتشويش والغش داخل القسم، والتقليل من تحديه للمدرسين عند اختلافه معهم، والمثابرة والتركيز والجدية في متابعة دراسته، وحسن جواره مع الناس، وإقامته علاقات طيبة مع الزملاء.

7-5 النظرة الواقعية للحياة:كثيرا ما نلاحظ بعض الأفراد يعانون من عدم قدرتم على تقبل الواقع المعاش، ونجد مثل هؤلاء الأشخاص متشائمين تعساء رافضين كل شيء، ولكن هذا يشير إلى سوء التوافق أو اختلاف في الصحة النفسية، وفي المقابل نجد أشخاصا يقبلون على الحياة بسعادة، ويشير هذا إلى توافق هؤلاء الأشخاص في المجال الاجتماعي الذي ينخرطون فيه.[2]

8- مظاهر سوء التوافق النفسي الاجتماعي للمراهق:

سوء التوافق هو فشل الإنسان في تحقيق إنجازاته وإشباع حاجاته ومواجهة صراعاته، ومن ثم يعيش في الأسرة والعمل والتنظيمات التي ينخرط فيها في حالة عدم الانسجام وعدم التناغم، وإذا ما زاد هذا القدر من سوء التوافق اقترب الفرد من العصاب.[3]

ويظهر سوء التوافق الاجتماعي للفرد في عجزه عن مجاراة قوانين الجماعة ومعاييرها، أو عجزه عن عقد صلاة اجتماعية راضية مرضية مع من يعاملهم من الناس، مع الوالدين،الأخوة والزملاء.

---

[1]- حسن الصالح الدهري- مرجع سابق ص 107

[2]- حسن الصالح الدهري- مرجع سابق ص 53

[3]- حسن الصالح الدهري- نفس المرجع ص 55

وتلميذ المرحلة الثانوية وفي ضوء المتغيرات التي يمر بها في هذه المرحلة سواء المتعلقة بنموه الذاتي، أو بالنسبة للمجتمع المدرسي، الذي يتميز بطابع خاص في المدرسة الثانوية فإن احتمال نشوب الصراعات داخل المدرسة وكذلك الانحرافات، قائمة ما لم تقابل احتياجات طلاب هذه المرحلة، فمن المنتظر أن تواجه المدرسة مشاكل حادة سواء داخلها أو في خارجها، بعضها قد يصل إلى مستوى الانحراف، كالعدوان والاعتداء والعنف، وتشكيل العصابات من الشلل المدرسية، وتخريب المدرسة وعدم احترام الأنظمة، وربما يصل ذلك إلى المجتمع المحلي أيضا.

إضافة إلى السرقة، الهروب، الفشل أو التأخر الدراسي، التسرب المدرسي، وغيرها من المظاهر سوء التوافق المدرسي.

ومن مظاهر سوء التوافق النفسي للمراهق شعوره بالتعب وعدم الراحة، والتأزم من الناحية النفسية في أي جانب

من جوانب حياته، وتتضمن أمثلة عدم الراحة حالات الاكتئاب أو القلق الشديد، أو مشاعر الذنب، والأفكار والوسواس المتسلطة أو توهم المرض، أو عدم الإقبال على الحياة أو التحمس لها.[1]

9- علاقة التوافق بالفشل والنجاح المدرسي :

إن الحياة النفسية للتلميذ في جميع مراحل نموه وخصوصا في فترة المراهقة، تتسم بالقلق وقد تصل إلى مستوى الوسواس والأوهام، ولعلها السبب في تقلبه وعدم استقراره، كما قد يتعرض في بعض الظروف لحالات من اليأس والحزن، والآلام النفسية نتيجة لما يلاقيه من إحباط، بسبب ضغوط المجتمع التي تحول دون تحقيق رغباته وأمانيه، ويتبع ذلك عادة مشكلات عدم التوافق مع البيئة المدرسية، أو الجو المدرسي، وما يترتب عنه من فقدان الشعور بالأمن، وصعوبة التصرف في المواقف الجديدة، والإحساس بضعف المركز وصعوبة التعامل مع السلطة المدرسية بالتالي الفشل المدرسي.

وبوجه عامفإن مشكلة التأخير، و الغياب ترتبط ارتباطا وثيقا بمشكلة أخرى و هي الهروب من المدرسة، و يستخدم التلاميذ في ذلك أساليب متعددة تهدف جميعها إلى إنهاء اليوم المدرسي قبل موعده، فقد يرجع الهروب إلى سوء معاملة أحد المدرسين، و شعور التلميذ بضغط انفعالي قوي إزاء حضور دروس هذا المدرس بالذات، و قد يكون الهروب تخلصا من أعباء متابعة الدروس التي لا تجد معه أي لون من المتعة الشعورية، كما قد يرجع الهروب إلى تأثير بعض الرفاق المنحرفين الذين يجد في الانطواء معهم تحت جماعة واحدة متنفسا لإشباع الدوافع التي لم تجد لها الإشباع أو التقدير الكافي في المدرسة أو البيت.[2]

ومن هنا يتضح أن النجاح و الفشل الدراسي للمراهق يتوقف على توافقه في البيئة المدرسية، و عليه يجب أن يكون جو المدرسة جوا اجتماعيا صالحا بعيدا عن الاستبداد و الإرهاب، و تركيز السلطة في يد واحدة، و أن

---

[1]- مصطفى فهمي - **دراسات** في **سيكولوجية التكيف**- مرجع سابق ص25

[2]- نصر الدين جابر – مرجع سابق ص 90

تكون سياسة المدرسة مبنية على التوجه و الإرشاد المقرونين بالمحبة العاطفة وفهم نوازع المراهقين ودوافعهم، دون اللجوء إلى قمعها بالقوة والقسوة، بل بتحويلها إلى نشاطات بالرفق واللين والحكمة .....ومن اجل مصلحة المراهق يمكن للمدرسة أن تستعين ليس بالأهل فحسب بل بذوي الخبرة جميعا، والتنسيق مع المؤسسات التي تعني بتمضية أوقات الفراغ المفيدة (كالأندية)،وأن تعمل جميعا ضمن إطار التعبئة العامة لحشد جميع النشاطات التي تخدم المراهقة، وتعمل على احتوائها وتوجيهها توجيها سليما .

10- وقت الفراغ وعلاقته بتحقيق التوافق للمراهق :

لعل من المشاكل الهامة التي تواجه التلاميذ وخاصة الشباب شغل وقت الفراغ، ونقصد بوقت الفراغ وقت النشاط الذي يحقق للتلميذ رغباته ويشبع ميوله ويقابل احتياجاته، ولوقت الفراغ أهمية كبيرة إذا ما أحسن استغلاله في تنمية شخصية التلميذ، حتى ينشأ بعيدا عن الانفعالات النفسية التي تنتابه إذا ما لم يجد ما يشغل فراغه سوى التافه من الأمور.

ففي وقت الفراغ يكتشف الفرد نفسه، وينمي ملكاته الكامنة، كما أنه فرصة للتعبير عن الذات وللتنفيس عن التوتر، ولإشباع الكثير من الحوافز والدوافع التي يتعذر إشباعها في الحياة اليومية، فوقت الفراغ يمكن في الواقع أن يكون الوقت الذي تتغير فيه الشخصية، وبالتالي يصنع فيه الشخص من جديد.

وقد يعتقد البعض أن الترويح يتنافى مع التربية أو يختلف عنها، فإن الترويح يتصل بالنشاطات الجسمية المبهجة في حين أن التربية تتصل بالنشاطات العقلية التي يراها الشباب أمرا باعثا على السآمة والملل، وفي الترويح يجد الشباب أوسع إمكانياته في مجال الحياة الاجتماعية والعلاقات الإنسانية.[1]

[1]- مصطفى فهمي - **دراسات** في **سيكولوجية التكيف**- مرجع سابق ص85.

خلاصة:

نستخلص من خلال مناقشتنا لمحاور هذا الفصل أن مفهوم التوافق ببعديه النفسي والاجتماعي يشير إلى مدى قدرة الفرد على التوفيق و الانسجام بين إشباع حاجاته المتعددة وإمكانياته الأدائية، والعقلية الحقيقية، وظروف الواقع المعاش.

وهناك عاملان رئيسيان يقفان وراء عملية التوافق، يتمثل العامل الأول في الفرد نفسه، أي ما هو مرتبط بمحيطه الداخلي من حاجات ودوافع وخبرات، وقيم وميول وعواطف، ومختلف الانفعالات التي تقوم بتوجيه سلوكه. والعامل الثاني يتمثل في البيئة المحيطة بالفرد بما في ذلك الأسرة والمدرسة، وجماعة الأقران التي تؤثر على توافق الأفراد بشكل أو بآخر، من خلال الجماعات التي يندمج فيها والتي تتم في إطار من عمليات من التأثير والتأثر.

وكلما نجح الفرد في استخدام حيلة دفاعية لاشعورية بطريقة ناجحة (الكبت، أحلام اليقظة.....)، وإعمال العقل للموازنة بين دوافعه الملحة على الإرضاء، وقدراته الحقيقة، ومعطيات واقعه الاجتماعي استطاع تخطي الكثير من العوائق المحيطة، ومن ثم استطاع الظفر بمستوى أفضل من مظاهر التوافق النفسي الاجتماعي التي تختلف من فرد إلى آخر، ومن مراهق إلى آخر، حسب اختلاف جنسه وإمكانياته الشخصية، ومدى توفير الشروط المساعدة والملائمة لتكيفه السليم.

الفصل الثالث

مرحلة التعليم الثانوي (مرحلة المراهقة)

تمهيــــــــــــــد:

جرت العادة أن تقدم الكتابات الكلاسيكية الفعلية التلميذ على أنه مجرد وعاء فارغ،أو صفحة بيضاء قابلة للحشو الآلي للمعرفة، دون مراعاة لأي شرح أو مؤثر داخلي يحكم طبيعة وشخصية هذا التلميذ، ودون مراعاة مكونات التلميذ البيولوجية والسيكولوجية، فمثلا التعاطي لفعل التعلم من قبل التلميذ الطفل يختلف جذريا عن تعاطي الفعل التعليمي من طرف المراهق، وهذا الأخير كذلك يختلف عن الراشد وهكذا .... لكن ما يهما نحن في هذا الفصل هو إبراز الجوانب المؤثرة في التلميذ، وفي سلوكاته انطلاق من اعتبار أن المراهقة هي الرحلة العمرية التي تؤطر التلاميذ لهذا البحث أي مرحلة التعليم الثانوي(تقريبا مابين 15 و21 سنة).وذلك لما لهذه المرحلة من خصوصيات، ففيها ينفرد النمو بوتيرة سريعة تؤدي إلى حدوث تحولات فسيولوجية عميقة، وفجائية تنعكس بدورها على النواحي المختلفة للشخصية، كاضطراب العلاقات الاجتماعية بين المراهقين والراشدين عامة من جهة، وعدم الاستقرار الانفعالي والتقلب المزاجي السريع، وتعدد الطموحات، والرغبة في التحرر من الوصاية الأسرية من جهة أخرى، فهي مرحلة انتقالية من عالم الطفولة إلى بداية سن الرشد، وتحمل المسؤولية، والتدرج نحو اكتساب الهوية، فهي إذن بمثابة جسر ينتقل من خلاله الفرد من مرحلة الطفولة إلي مرحلة الرشد، ولهذا من الطبيعي أن يتعرض المراهق لمشكلات عديدة ومتاعب بدرجة قد تفوق غيرها من مشكلات العمر، ويعود ذلك لكونه شخصا غير متكيفا لدوره الجديد في الحياة.

ونظرا لخصوصيات علاقة هذه المرحلة (المراهقة) بعملية التوافق النفسي الاجتماعي سنحاول التعرض في هذا الفصل إلى مفهوم المراهقة وأنماطها المختلفة، ثم الوقوف عند أهم مظاهر النمو خلال هذه المرحلة، و كذا حاجات المراهق ثم علاقته بمختلف المؤسسات الاجتماعية.

1- تعريف المراهقة:

1-1 المراهقة لغة: المراهقة هي إحدى المراحل العمرية الهامة في حياة الإنسان،وتعني في الأصل اللغوي الاقتراب، ورهقتٌ الشيء رهقاً أي قربت منه.

و كلمة مراهقة Adolescence مشتقة من الفعل اللاتيني Adolescerie أو (Grow-up)، ومعناها التدرج نحو النضج البدني والجنسي، والعقلي، والانفعالي، والاجتماعي.[1]

وهي تفيد الاقتراب أو الدنو من الحلم، وبذلك يؤكد علماء فقه اللغة، هذا المعنى في قولهم:رهق بمعنى غشى، أو لحق أو دنى، فالمراهق بهذا المعنى هو الفرد الذي يدنو من الحلم واكتمال النضج.[2]

وقد عرّف معروف مصطفى زريق المراهقة بأنها مشتقة من فعل "رهق"، بمعنى تدرج نحو النضج، ويقصد به مجموعة من التغيرات تطرأ على الفتى سواء كانت من الناحية البدنية أو الجنسية، أو العقلية أو العاطفية أو الاجتماعية، من شأنها أن تنقل الفرد من فترة الطفولة إلى مرحلة الشباب والرجولة، ولذا تعتبر المراهقة جسرا يعبر عليه المرء من طفولته إلى رجولته .[3]

2-1 المراهقة اصطلاحا:كلمة المراهقة تعني معاني كثيرة فهي التحول نحو النضج الجسمي، والعقلي والانفعالي والاجتماعي، ولقد عبر"بياجيه"عن هذه الفكرة عندما رأى أن المراهقة من وجهة نظر علم النفس تعني العمر الذي يندمج فيه الفرد مع عالم الكبار، و العمر الذي لم يعد فيه الطفل يشعر أنه أقل ممن هم أكبر منه سنا، بل هو مساوي لهم في الحقوق على الأقل، و يرتبط هذا الاندماج مع عالم الكبار بالعديد من الحالات الانفعالية المرتبطة بالبلوغ تقريبا، كما تساعد هذه التحولات العقلية في تفكير المراهق في تحقيق اندماجه في علاقات اجتماعية مع الكبار، و التي هي في الحقيقة الخاصية الأكثر عمومية في هذه المرحلة من النمو.[4]

ويقصد بالمراهقة المرحلة التي تسبق الرشد و تصل بالفرد إلى اكتمال النضج، فهي تبدأ منذ البلوغ حتى سن الرشد في الواحد و العشرين سنة تقريبا، فالمراهقة هي المرحلة النهائية أو الطور الذي يمر فيه الناشئ و هو الفرد الغير الناضج جسميا و عقليا و اجتماعيا نحو بدء النضج الجسمي، و العقلي و الاجتماعي.[5]

أما فؤاد البهي السيد فيرى بأن المراهقة من أهم مراحل النمو الحساسة التي يفاجئ فيها المراهق بتغيرات عضوية ونفسية سريعة، تجعله شديد الميل إلى التمرد، والطغيان والعنف والاندفاع، لذى تسمى هذه المرحلة أحيانا بالمرحلة السلبية خاصة من الناحية النفسية.[6]

---

[1]-مصطفى فهمي - **سيكولوجية الطفولة والمراهقة**- مرجع سابق .ص 74

[2]- فؤاد بهي السيد- **الأسس النفسية للنمو**- دار الفكر العربي ، القاهرة ،1975 ص 275

[3]- معروف مصطفى رزيق - **خفايا المراهقة**- دار النهضة العربية للتأليف والترجمة والنشر ، دمشق 1960 ص 10

[4]-السيد محمود الطواب- **النمو الإنساني أسسه وتطبيقاته**- دار المعرفة الجامعية 1975 ص112

[5]-احمد زكي صالح- **علم النفس التربوي**- مرجع سابق ص193

[6]-فؤاد بهي السيد- مرجع سابق ص 250

3-1 التعريف الزمني: رغم وجود العديد من الكتابات في المراهقة، ومراجعها إلا أن أغلبها اتفقت على أن مدتا هي الممتدة من نهاية الطفولة المتأخرة حتى بلوغ سن الرشد، وبلغة السنوات هي التي تنحصر بين سن الثانية عشر والواحد والعشرون سنة.

وتنقسم المراهقة إلى ثلاثة مراحل: مرحلة ما قبل البلوغ- مرحلة البلوغ- مرحلة المراهقة.

فالسن ما بين12 و 15 سنة تخص المرحلتين الأوليتين (ما قبل البلوغ والبلوغ)، المتميزتين بالنضج البدني الواضح عند أغلبية تلاميذ الطور الثالث، وبعض تلاميذ من الطور الثانوي.

أما خلال المرحلة الثالثة من المراهقة تظهر تحولات نفسية هامة على التلاميذ (نضج السلوك في المجال العاطفي الاجتماعي)، وتكون هذه المرحلة قصيرة (ما بين 15و18سنة) بالنسبة للبنات، و(17و20سنة) بالنسبة للذكور، فحسب الحالات الخاصة يمكن أن تستغرق هذه الفترة مدة أطول وتزيد من صعوبتها، حسب المشاكل الفردية (الفروق الوراثية والعائلية والاجتماعية)[1].

ويرى ميخائيل إبراهيم أسعد أن المراهقة مرحلة تأهب لمرحلة الرشد، وتمتد في العقد الثاني من حياة الفرد، من الثالثة عشرة إلى التاسعة عشرة، أو قبل ذلك بعام أو بعامين، أو بعد ذلك بعام أو عامين، أي بين 11سنة و21سنة، ولذلك تعرف المراهقة أحيانا باسم العشارية، ويعرف المراهقون بالعشاريين نسبة إلى عقود الأرقام بين عشرة سنين وعشرين سنة.

وتتألف المراهقة من ثلاث مراحل فرعية هي:

- المرحلة المبكرة: الممتدة بين السنتين الحادية عشرة والرابعة عشرة.
- المرحلة المتوسطة: الممتدة بين السنتين الرابعة عشرة والثامنة عشرة.
- المرحلة المتأخرة: وتمتد بين الثامنة عشرة والواحدة والعشرين.[2]

ونستطيع القول أن المراهقة مرحلة تبدأ بشكلبيولوجي(عضوي) وهو البلوغ، ثم تكون في نهايتها ظاهرة اجتماعية حيث سيقوم المراهق بأدوار أخرى غير ما كان عليه من قبل،وبهذا المعنى فإن المراهقة عملية بيولوجية، نفسية، اجتماعية تسير وفق امتداد زمني، متأثرة بعوامل النمو البيولوجي، والفسيولوجي،وبالمؤثرات الاجتماعية والحضارية والجغرافية،فقد تبدأ في منطقة جغرافية معينة وفق نسق اجتماعي معين عند عمر التاسعة وتستمر إلى التاسعة عشرة تقريباً، وقد لا تبدأ في منطقة أخرى مختلفة مناخيا وحضاريا إلا عند الثالثة عشرة تقريباً، وقد تصل إلى ما بعد الواحدة والعشرين منا لعمر،ويختلف الذكر عن الأنثى في هذا، حيث تسبقه الأنثى في النمو.

وسنركز في هذه الدراسة على المراهقة المتوسطة-الممتدة بين السنتين الرابعة عشرة والثامنة عشرة-باعتبارها السنوات التي تميز تلاميذ المرحلة الثانوية والذين يمثلون عينه هذه الدراسة.

---

[1] -**منهاج التربية البدنية والرياضية للتعليم الثانوي**-مديرية التربية والتعليم الثانوي-الديوان الوطني للمطبوعات المدرسية-جوان 1996 ص 22

[2] - ميخائيل إبراهيم أسعد - **مشكلات الطفولة والمراهقة** - دار الأفاق الجديدة. بيروت، 1991 ص :225

2- **أنماط المراهقة:** تتخذ المراهقة أنماطا وأشكالا مختلفة منها:

- مراهقة عادية تخلو من الصعوبات فهي بذلك تكون مراهقة سوية.

- مراهقة فيها المراهق ينعزل وينفرد بنفسه وبذاته ليتأملها،ويتأمل مشاكله،وصعوباته،فنوعية هذه المراهقة تكون انسحابية.

-مراهقة فيها المراهق يتميز بسلوك عدواني على نفسه وعلى الآخرين، وحتى الأشياء، وهذه المراهقة تعتبر بذلك عدوانية.

2-1 المراهقة المتكيفة: في هذا الشكل من أشكال المراهقة تكون المراهقة هادئة نسبيا، هي أميل إلى الاستقرار والاتزان العاطفي، وتكاد تخلو من العنف، والتوترات الانفعالية الحادة.[1]

تكون حياة المراهق هنا غنية بمجالات الخبرة بالاهتمامات العلمية الواسعة التي يحقق من خلالها ذاته، ولا يسرف في أحلام اليقظة وغيرها من الاتجاهات السلبية، كذلك لا يطيل التفكير في المسائل الفلسفية الدينية والجدال فيها. كما يكون موفقا في حياته المدرسية، فهذه المراهقة تنمو نحو الاعتدال في كل شيء، ونحو الإشباع المتزن وتكامل الاتجاهات، أما من العوامل المؤثرة في هذا الشكل من المراهقة: المعاملة الأسرية المعقولة، إتاحة قدر من الحرية، تفهم حاجات المراهق، وكذلك إحساس المراهق بالتقدير من طرف الأسرة ومن جماعة الأقران،وممارسة الأنشطة الرياضية والاجتماعية، والنجاح المدرسي،وشعوره بأن لديه فرص كافية لتحمل المسؤولية والاستقلال، والاعتماد على النفس[2].

2-2 المراهقة الإنسحابية (المنطوية): المراهقة في هذا الشكل كما يرى "ميغاريوس" تتسم بالانطواء والعزلة الشديدة، السلبية والتردد والخجل، وكذلك شعور المراهق الحاد بالنقص وعدم الملائمة.[3]

وليس لدى المراهق من هذا النوع سوى أنواع النشاط الانطوائي مثل القراءة، وكتابة مذكراته التي تدور حول انفعالاته، ويكون كثير التأمل، والنقد القيم للقيم والنظم الاجتماعية، كما تنتابه هواجس كثيرة وأحلام اليقظة التي تدور حول حرمانه من الملبس والمأكل والجنس، والمركز المرموق، ويسرف هذا المراهق في الاستمناء ليتخلص من الكبت والضيق الذي يشعر به، والعوامل المسئولة عن هذا النوع من المراهقة هي التربية الخاطئة الضاغطة، مما ينتج عنها شخصية منطوية على نفسها.[4]

وما يميز أيضا هذا النوع من المراهقة هو عدم استقرار المراهق في استجاباته، وفي قلة الاتصال بالناس، وتجنب مشاركتهم أفراحهم وأحزانهم، والتذبذب في اتخاذ القرار.

2-3 المراهقة العدوانية (المتمردة): المراهقة في هذا الشكل متمردة ثائرة، تتسم بنوع السلوك العدواني الموجه ضد الأسرة والمدرسة وأشكال السلطة في المجتمع الخارجي، وتتسم كذلك بالمحاولات الانتقامية، ومحاولة

---

[1]-محمد رفعت - **المراهقة وسن البلوغ** - دار المعرفة، بيروت لبنان، 1989 ص: 72

[2]-هدى محمد القناوي- **سيكولوجية المراهقة** - ص: 157-158

[3]-السيد محمود الطواب- مرجع سابق ص102

[4]-هدى محمد القناوي- مرجع سابق ص: 158

التشبه بالرجال، والأساليب الاحتيالية في تنفيذ رغبات المراهق ومآربه، ويشمل السلوك العدواني على بعض الأساليب الآتية:

- الاعتداء بالضرب على الإخوة الصغار ، وعلى الزملاء في المدرسة أو في الشلة.
- الثورة الصريحة على الأبوين أو أحدهما أو الإخوة الكبار، واستخدام الألفاظ البذيئة والنقد المستمر.
- معاندة الأب بطريقة غير مباشرة بقصد الانتقام (خاصة إذا كان الأب قاسيا).
- الإسراف الشديد في الإنفاق على ما لا يفيد عند وقوع النقود تحت يدي المراهق انتقاما منبخل الوالد وقسوته.
- العدوان على المدرسين والزملاء وأدوات المدرسة، زعم الإضراب والمظاهرات في المدرسة مع الانسياق في المفاصل المستهترة.[1]

ومن الأسباب المؤثرة في هذه المرحلة شعور المراهق بالإهمال والتهميش من قبل الـتمع، أو إحساسه بالدونية أو العجز الجسدي، أو تدهور العلاقات داخل الأسرة، كوجود الرفض في أسلوب معاملة والديه، أو التدخل المباشر في أموره الشخصية، وغالبا ما يكون الاعتداء والعنف من أبرز استجاباته العدوانية، فقد تكون على شكل ترديد كلمات الشتم والسخرية، أو التهديد للشخص المتسبب في مضايقته و الحط من مكانته، كما قد تتعدى ذلك عند البعض لتصل إلى الاعتداء على الآخرين وتحطيم ممتلكاتم، أو أخذها بالقوة خاصة عند الذكور، وكثرة الشكاوي والبكاء، وانتقاد الغير وذكر عيوبه عند الإناث.

3- مظاهر النمو في مرحلة المراهقة:

تعتبر مرحلة المراهقة مرحلة شاملة، وذات تغيرات جسدية فسيولوجية وانفعالية، وعقلية واجتماعية واضحة، وهي تأثر بشكل كبير علي المراهق،هذا الأخير الذي وجد أمامه مرحلة ليست كسابقاتا ولا بد عليه أن يعيشها بمشاكلها واضطراباتا النفسية والاجتماعية.

وسنتطرق هنا إلى أهم مظاهر النمو في هذه المرحلة، النمو الجسمي،النمو الجنسي، النمو النفسي، النمو الانفعالي، النمو الاجتماعي، والنمو العقلي بشيء من الإيجاز.

3-1 النمو الجسمي: تمتاز مرحلة المراهقة بسرعة النمو الجسمي واكتمال النضج، حيث يزداد الطول والوزن، وتنمو العضلات والأطراف، ولا يتخذ النمو معدلا واحدا في السرعة في جميع جوانب الجسم، كذلك تؤدي سرعة النمو هذه إلى فقدان المراهق القدرة على الحركة، ويؤدي ذلك إلى اضطراب السلوك الحركي لدى المراهق، كذلك يلاحظ زيادة إفرازات بعض الغدد وضعف بعضها الآخر، فالغدة النكفية يزداد إفرازها، ويؤدي ذلك إلى سرعة النمو في العضلات وخلايا الأعصاب.[2]

فهذه المرحلة تظهر عيها معالم جسدية فسيولوجية، فجسديا يزداد الوزن والطول، وفسيولوجيا تظهر عند المراهق بعض السمات الجنسية الرئيسية كبدء ظهور الإفرازات المنوية، وسمات جنسية ثانوية كتغير الصوت

[1]-محمد رفعت - مرجع سابق ص: 72

[2]-عبد الرحمان عيسوي- **سيكولوجية النمو**- دار النهضة العربية للطباعة والنشر، بيروت 1987 ص 46

مثلا، وظهور شعر العانة والشارب، أما عند المراهقة فتظهر لديها عملية الحيض أو العادة الشهرية، مع معالم جنسية ثانوية كبروز الثديين مثلا[1].

ويعتبر النمو الجسمي إحدى مظاهر النمو التي تعطينا المؤشرات والدلائل التي تسمح لنا بتفسير البعض من الحالات النفسية، و السلوكات الاجتماعية للمراهق الذي تنصب اهتماماته في بداية هذه المرحلة حول التغيرات التي تطرأ على الشكل العام لجسمه، وتتجلى هذه التحولات في :

3-1-1الطول:هذا المظهر له دور في إعطاء صورة كاملة وواضحة لطبيعة النمو، والدراسات العديدة تشير إلى أن بعد السنوات الثلاثة الأولى من الطفولة أين يزداد طول الطفل، يأخذ منحنى الطول في الانخفاض التدريجي، ثم ما لم يلبث أن يرتفع من جديد مع البلوغ وبداية المراهقة، ويقول "ستيفنس" STEPHENS في هذا السياق" عن النمو السريع في السنوات الأولى، يكون الطفل قد وصل ربع طوله النهائي عند الولادة، وإلى نصف هذا الطول النهائي في الوقت الذي يكون فيه في سن الثالثة، وأنه في ما عدا فترة المراهقة، فإن نمو الطفل يظل في تناقض نسبي".[2]

3-1-2 الوزن:وهو أكثر اتصالا وانسجاما مع الطول لإعطاء صورة كاملة للجسم، ومعدلات الزيادة في الوزن تكون بصفة عامة متقاربة عند الجنسين في سن الطفولة المتأخرة، فحسب رأي البعض أنه عند سن العاشرة أو الحادية عشرة يصل الوزن إلى حوالي 33كغ عند الجنسين كمعدل عام، ثم بعد هذا السن يزداد الوزن بشكل نسبي عند الإناث، ثم تليها الفترة ما بين الرابعة عشرة والنصف والخامسة عشرة، أين يتساوى فيها نمو الوزن عند الجنسين، أي تصل إلى حوالي 50 كغ تقريبا، وبعدها لا يزيد وزن الفتاة حتى سن العشرين عن55 أو56 كغ، بينما يتميز تفوق البنين ليصل إلى 65 أو 66 كغ.

وبداية مرحلة المراهقة عموما تكون المراهقات أثقل جسما من الذكور، ومع تقدم هذه الفترة يصبح الذكور أكبر وزنا وأثقل جسما من التغيرا ت الحاصلة في الطول والوزن، يصاحبها تطور في الجانب الوظيفي لأعضاء الجسم.

وعلى الجملة نستطيع أن نقول أن النمو في المراهقة يحدث على شكل تغيرات جسمية خارجية، يستطيع أن يلاحظها المراهق نفسه، كما يلاحظها المحيطون به، ثم هناك تغيرات فسيولوجية داخلية تظهر في وظائف الأعضاء.[3]

3-2 النمو الجنسي:تبدأ الوظائف الجنسية في الظهور في هذه المرحلة نتيجة لنضج الغدد الجنسية، ويصاحب نمو الوظائف الجنسية هذه، نمو الشعر تحت الإبط وفوق العانة، ونمو الشارب والذقن، وكذا ضخامة صوت المراهق، وبالنسبة للفتات يأخذ الثديان في البروز في الصدر، كذلك تنمو الأرداف، و يتسع الحوض و تظهر

[1]-مصطفى غالب - **علم النفس التربوي** - دار مكتبة الهلال، 1980 ص: 68

[2]-كمال دسوقي - **النمو التربوي للطفل والمراهق**- دار النهضة العربية ، بيروت. 1979 ص: 73.

[3]-عبد الرحمان عيسوي- مرجع سابق. ص 38

نعومة الصوت، و تؤدي هذه التغيرات إلى إحساس المراهقة بأنا أصبحت شابة كبيرة، و إلى الرجل بأنه أصبح رجلا بالغا.[1]

و تبدأ علامات النمو الجنسي بظهور العادة الشهرية عند الإناث، مع وجود حالات تأخر وعسر، وغياب هذه العادة عند بعضهن، والسبب في ذلك يرجع إلى وجود اضطراب هرموني أو أزمة نفسية حادة أو مرض، أما عند الذكور فتظهر عند أول عملية قذف أو احتلام كدليل بيولوجي على إنتاج السائل المنوي.

وأي اضطراب أو خلل في النمو الجنسي يصبح بسبب المراهق متشككا في قدراته التناسلية، ومتخوفا من مستقبله العلائقي، ويرى في هذا عائقا في تحقيق طموحاته.

وللنمو الجسمي الفسيولوجي آثار نفسية على المراهق يجب على التربويين والوالدين مراعاتا ومنها : إن التغيرات الجسمية الجنسية تلعب دوراً واضحاً في مفهوم المراهق عن ذاته وبالتالي في سلوكه، فتتراوح استجابة الفتاة نحو التغيرات الجسمية ما بين الاعتزاز بأنوثتها وبين الحرج نتيجة هذه التغيرات فتشعر، بالقلق والتعب وخاصة أثناء العادة الشهرية رغم اعتزازها بذلك كأنثى. كما أن لشكل جسم الفتى دورا في توافقه النفسي- الحساسية النفسية والانطباع عن الذات- فظهور حب الشباب مثلاً في هذه المرحلة يثير متاعب نفسية لأنه يشوه منظر الوجه، التبكير والتأخير في النمو الجسمي والجنسي له مشكلات اجتماعية ونفسية،فالنضج المبكر عند الإناث يسبب لهن الضيق والحرج،أما عند الذكور فينتج عنه ثقة بالنفس وتقدير مرتفع للذات،رغم أن الذكور المتأخرين في النضج يعتبرون أكثر نشاطاً.أما عن النمو الحركي فإن المراهق يميل إلي الكسل، والخمول نتيجة التغيرات الجسمية السريعة،وسرعان ما يشعر بالتعب، والإعياء عندما يبدي نشاطا ًمعين.وتمتاز حركات المراهق بعدم الاتساق وعدم الدقة، فقد يكثر اصطدامه بالأثاث والأشياء أثناء حركاته في الم ل،وقد تسقط الأشياء من بين يديه، ويعود ذلك إلي عدم التوازن بين النضج العضوي والوظيفي،مما يؤدي إلى عدم التوازن الحركي، وربما يعود إلى عوامل نفسية مثل الحيرة والتردد ونقص الثقة بالذات،والتفكير في توقعات الآخرين .وفي نااية المراهقة الوسطى(المرحلة الثانوية تقريباً)يبدأ المراهق في التوازن الحركي نتيجة لتحقق النمو العضلي والعصبي والاجتماعي.

3-3 النمو النفسي:من أبرز مظاهر الحياة النفسية في مرحلة المراهقة رغبة المراهق في الاستقلال عن الأسرة، وميله نحو الاعتماد على الذات، فنتيجة للتغيرات الجسمية التي تطرأ على المراهق يشعر أنه لم يعد طفلا قاصرا، كما أنه تجب أن لا يحاسب على كل صغيرة وكبيرة، وأن تخضع سلوكه لرقابة الأسرة ووصايتها [2]

كما يلاحظ علي المراهق في هذه المرحلة الاهتمام الزائد بنفسه وبمظهره الخارجي، وعدم الاكتراث بما يدور حوله من حوادث، وسرعة الغضب، إذا رفضت مطالبه ورفض انتقاد تصرفاته من قبل الغير، أو منعه من ممارسة نشاطاته المفضلة، كما يفضل عدم إفشاء أسراره، وتفادي مشاركة الآخرين اهتماماتم ومشاركتهم، والتذمر والضيق، كتعبير عن عدم رضاه عن معاملة الكبار له، الذين يراهم غير متفهمين لوضعيته وغير

[1]- عبد الرحمان عيسوي- مرجع سابق. ص 46

[2]-عبد الرحمان عيسوي- نفس المرجع ص 41-42

شاعرين بمشاكله، كما يلاحظ عليه ابتعاده عن التصرفات الصبيانية التي يري أنها تم تعد تناسب سنه، وينتقل مع تقدمه في السن إلى مرحلة جديدة، يسعى خلالها إلى إقامة علاقات اجتماعية يشارك أقرانه مشاكلهم، ويتبادل معهم الانشغالات والاهتمامات المشتركة، ومع اتساع شبكة علاقاته الاجتماعية وتعدد أطرافها يقوي شعوره بتقديره لذاته، واتزانه النفسي بفضل احتكاكه، وتفاعله مع الآخرين[1].

وعلي ضوء ما تقدم من تغيرات جسمية، وما يواجهه المراهق من تحديا ت في هذه المرحلة، وما اكتسبه من المراحل السابقة، وما لديه من بقاياها، فانه يتفاعل مع مجموعة الرفاق وأفراد الجنس الآخر، وسلطة الوالدين ومع انفعالاته هو شخصيا، حيث يدخل الأولاد إلي المراهقة بحدة، ويندمجون مع مجموعة من نفس الجنس في علاقة زمالة، والاهتمام بالجنس الآخر يؤدي إلى الاهتمام بالمظهر من حيث الملبس والشعر،والعلاقة بالجنس الآخر تتسم بالتمركز حول الذات في بادئ الأمر، فكل طرف يهتم بإنجازه هو، كما يكون الافتتان حادا ولكنه قصير الأمد، وفي داخل الجموعة قد يكون الولد في بدء المراهقة متبجحا استعراضيا متنفسا، يروي نكتا داعرة، يهدف إلى تخفيف التوتر المرتبط بالجنس والكفاءة الجنسية، بينما تدخل المراهقة البنت مرتبطة بصديقاتها المقربات إليها، و عادة يكون أقل عددا من مجموعة الذكور.

وعادة يكون المراهق متناقض المشاعر، حيث يرفض سيطرة الكبار، وهو في نفس الوقت يحتاج إلى إرشاد وتوجيه، ويختبر المراهق نمط السلطة ليرى إلى أي حد يمكن أن يذهب، فهو يحتاج إلى حدود ليشعر بالأمان، وتقلبات المزاج لديه شائعة، وأحيانا لا تستطيع قوى الضبط الداخلي أن تتكيف مع الن عات الغريزية المتزايدة، فقد يحدث السلوك الجنسي الفاضح أو نوبات العدوان، أو الشره للأكل، ويخاف المراهق من هذا الفقد للسيطرة، فيحاول أن يحصن نفسه بدفعات، فيتبنى موافق جمالية مبالغ فيها، أو يعقلن الأمور فيصبح مفرط القراءة والتفكير والمناقشة، وعادة يسقط المراهق حدة رغباته الجنسية للخارج، ويشعر أن الآخرين خاصة الكبار لديهم نفس الأفكار الجنسية تجاهه، ويشعر أنهم يغوونه، وقد يتفاعل بالعزلة والخوف والانقباض، ونقص الثقة بالنفس أو سلوك التفعيل الجنسي.[2]

ومع نهاية مرحلة المراهقة إلى مرحلة أخرى من النمو النفسي، يكون فيها أكثر تقبلا لجهاز القيم الاجتماعية، ويتحرر من الميولات المضادة للمجتمع، كما يعدل من اتجاهاته المتطرفة، ويقوي اعتماده على نفسه، وتصبح اختياراته أكثر صوابا وأفكاره أكثر موضوعية وطموحاته أكثر واقعية، وبفضل الارتقاء الحاصل في نموه النفسي يكون قد اقترب من نهاية اكتساب هويته، ومميزات شخصيته.

---

[1]-نصر الدين جابر - مرجع سابق- ص 30

[2]-محمد حمودة - **الطفولة والمراهقة- المشكلات النفسية والعلاج** - المطبعة الفنية ط2 ، القاهرة 1988 ص:49-51

3-4 النمو الانفعالي: ينظر غالبا إلى مرحلة المراهقة على أنها مرحلة عاصفة وأزمة، أو مرحلة زيادة التوتر الانفعالي الناتج من التغيرات الجسمية بصفة عامة، والإفرازات الغددية بصفة خاصة في تلك الفترة، ومن أهم الأنماط الانفعالية ظهورا خلال هذه الفترة ما يلي:

3-4-1 القلق: ينتاب المراهق الشعور بالقلق نظرا لما يطرأ عليه من تغيرات جسمية عميقة، أو بسبب الأسلوب التربوي المتبع من قبل الآباء، الذي لا يتناسب مع سنه ووضعيته الجديدة، أو لتكرار مواقف الإحباط، أو لصعوبة السيطرة على انفعالاته وإشباع حاجاته بطريقة مقبولة اجتماعيا، أو الإحساس الزائد بالذنب بسبب تصرفاته التي تواجه بالنقد الشديد من قبل الغير، أو النظرة التشاؤمية للمستقبل، أو التذبذب في اتخاذ القرار، أو نتيجة صعوبة تكوين علاقات عاطفية، أو عدم تحقيق ما يصبو إليه.

واستجابات انفعالات القلق تتحدد فتكون مثلا على شكل شعور المراهق بالإهمال أو التهميش من المجتمع، أو على شكل تقلبه المزاجي، ونظرته التشاؤمية للمستقبل، أو كثرة الشكاوي والأعذار، أو الانطواء وقلة التكلم مع الناس، وهناك استجابات فسيولوجية تصاحب القلق مثل الشعور بالصداع والضيق وعبوس الوجه، والإحساس بالتعب والعياء، وفي بعض الحالات تتحول استجابات هذا الانفعال إلى اضطرابات سلوكية، كالانغماس في المخدرات، والعقاقير المهدئة والكحول، أو الإفراط في النشاط الجنسي، أو الاعتداء على الناس[1].

3-4-2 الغضب والغيرة: تعد الغيرة والغضب من الانفعالات الشائعة في فترة المراهقة، حيث تظهر في غيرة المراهق من زملائه الذين حققوا قدرة على جذب أفراد الجنس الآخر، أو ربما إخوانه الذين حققوا نجاحات في الدراسة أو الرياضة أو الأنشطة الأخرى، ويعبر المراهق عن غيرته في الغالب بالهجوم الكلامي بطريقة خافته أو علنية، ويعبر عن الغضب بالتبرم والهجوم اليدوي والكلامي خاصة عندما ينتقد أو يقدم له النصح بكثرة، أو عند تعدي الآخرين على ما هو ملك له أو عندما ننكر حقه في التعبير في عن آرائه الأسرة أو المدرسة.

وليس من السهل على الملاحظ الخارجي إدراك غضب المراهق وكراهيته بصورة دائمة، فقد يعمد المراهق إلى تقنيع غضبه وإخفائه، أو التعبير عنه بطرق مضللة، وقد يتجلى الغضب بصورة مباشرة كما هو الحال في الضرب والعض والصراخ، وبصورة غير مباشرة كما هو الحال في الممازحة، والنميمة وغيرها من الأساليب اللغوية.

3-4-3 الحساسية الشديدة للنقد: يشعر المراهق بالحساسية الشديدة لنقد الكبار له حتى وإن كان النقد صادقاً وبناءً، ومن أقرب الناس إليه، وخاصة عندما يكون على مسمع من الآخرين، بل ويعتبر النصيحة أو التوجيه انتقاماً وإهانة، وهذا مما يؤكد عدم نضجه في هذا الجانب.

3-4-4 العدوانية: هي إحدى السمات الانفعالية التي تصاحب مرحلة المراهقة، وهو استعداد طبيعي في الإنسان، يمكن إثارتها بمنبهات معينة في ظروف محددة، ويمكن أن يكون سبب هذا الانفعال شعور الفرد بعدم

[1] نصر الدين جابر - مرجع سابق - ص 31 -32

الأمان وعدم الثقة، والشعور بالنبذ والحرمان من الحب والتقدير، والتجاهل باستمرار الإحباط لمدة طويلة، وعدم تحقيق للحاجات العضوية يؤدي إلى ازدياد درجة العدوانية لدى الأفراد.

كما يمكن أن يكون سبب هذا الانفعال، الإحباط أو شعور المراهق بالإهمال، والتهميش من قبل المجتمع، أو إحساسه بالدونية أو العجز الجسدي المرتبط بإعاقة جسدية حركية أو حسية، أو عدم قدرته على شراء أو امتلاك ما يتمتع به غيره، أو تدهور العلاقات داخل الأسرة، أو وجود الرفض في أسلوب معاملة والديه له، أو التدخل المباشر في أموره الشخصية، أو السخرية من تصرفاته، أو الحط من قيمته، وغالبا ما يكون الاعتداء والعنف من أبرز استجابات العدوانية، وهنا يجب أن نميز بين العدوانية كاستعداد، والاعتداء كسلوك تجسده هذه النزعة التي يصاحبها الصراخ، والاعتداء يكون بصورتين:

-اعتداء لفظي أو معنوي: أين يكتفي المراهق بالصياح والصراخ في وجه من ضايقه والاستهزاء، والتقليل من قيمة الأشياء والأشخاص، ويصل عند البعض إلى حد الادعاء أو التآمر أو الخيانة أو الخديعة.

- اعتداء مادي: وينقسم إلى اعتداء موجه نحو الغير، كالقيام بتصرفات تهدف إلى إلحاق الضرر وإذلال الغير، كما تتجه استجابات هذا الاعتداء إلى تكسير الأشياء وتحطيمها، والتعدي على ممتلكات الآخرين، ويصل عند البعض من المراهقين إلى ضرب مدرسيهم، أو أولياءهم، والنوع الثاني من الاعتداء المادي يوجه إلى الذات، بحيث تصدر عن المراهق بعض التصرفات يسعى من وراءها إلى إلحاق الضرر بذاته، مثل السياقة الجنونية للدراجات والسيارات، أو تعاطي المخدرات والكحول والتسمم بالأدوية، أو ممارسة الأنشطة الرياضية العنيفة، أو المغامرات وتحدي الأخطار، ويتطور هذا النوع من الاعتداء عند البعض إلى درجة الجرح العمدي للجسم، أو محاولة الانتحار.

3-4-5 الكآبة: يتردد المراهق أحيانا في الإفصاح عن انفعالاته، ويكتمها في نفسه خشية آن يثير نقد الناس، ولو معهم، فينطوي علي ذاته ويبوذ بأحزانه وهمومه وهواجسه، فيصبح حائر النفس،ثقيل الظل، يخاذن نفسه وينأي عن صحبة الناس، وقد يسترسل من الواقع، ويطل في غلوائه حتى تثوب إليه نفسه حينما يجد في هواياته وميوله ما يملأ به فراغه، ومن خلانه ورفاقه، ما يخفف به آلام نفسه وكآبة شعوره[1].

وتعرف الكآبة بأنا إحدى الحالات الانفعالية التي قد تصاحب الخوف،وتبط بمستوى النشاط النفسي إلي مستوياته الدنيا، وتقترن بالمواقف الفاشلة والخيبة والإخفاق، واليأس والقنوط.[2]

3-4-6 الخجل: ويعرف بأنه إحدى الحالات الانفعالية التي قد تصاحب الخوف عندما يخشى الفرد الموقف الراهن المحيط به، وينشأ الخجل من الشعور المرهق بالذات، ويبلغ ذروته عند البنين في سن 15 سنة، والخجل اتجاه نفسي خاص، وحالة عقلية انفعالية تتميز بالشعور بالضيق في اجتماع الخجول بالناس وفي محاولاته المستمرة لكف ومنع الاستجابات الاجتماعية العادية، وقد يكون الخجل هروبا من الواقع وتجنبا له[3]. وعلى

---

[1]-فؤاد بي السيد- مرجع سابق ص 230

[2]-نصر الدين جابر - مرجع سابق - ص32-33

[3]-فؤاد بي السيد- مرجع سابق ص 233

العموم فإن هناك الخجل العادي، أو الطبيعي الذي يمثل لجهاز القيم وعادات المجتمع، وهذا ما يسمى بالحياء، ولكن إذا زادت درجته وأصبح كثير الظهور في كل المواقف والمعاملات اليومية، فإنه يتحول إلى خجل شاذ ويعيق النمو النفسي الطبيعي في هذه المرحلة.

3-4-7 الحب: الحب في جوهره اتجاه نفسي يميل بالفرد نحو ما يحب، ومن يهوى ويرتبط من قريب بشحنة انفعالية مركبة معقدة، تتناسق عناصرها، وتهدف إلى إقامة علاقات مؤتلفة تصل الفرد بدعائم عالمة المحيط به، بأفراده وأفكاره، ومسالكه التي تتصل بحفظ النوع الإنساني في صوره المختلفة، ولهذا يرتبط الحب من قريب بالدافع الجنسي، ويتطور في مراحله المتعاقبة المتدرجة من حب الذات النظير إلى حب الجنس الأخر.[1]

وعلى العموم يلاحظ عدم الاستقرار في ظهور الانفعالات السابقة في بداية هذه المرحلة، كما يمكن أن تشترك عدة انفعالات في موقف واحد، مثل ظهور الغضب والعدوانية، وتطور شخصية المراهق يساعده على التحكم التدريجي في انفعالاته، بحيث يصبح تقويمه للأشياء أكثر واقعية مع نهاية هذه المرحلة.

3-5 النمو الاجتماعي: يتميز النمو الاجتماعي عند المراهق بخصائص مختلفة عن تلك التي كانت في مرحلة الطفولة، فالمراهقة مرحلة جديدة بالنسبة للمراهق ويكون النمو الاجتماعي فيها جديدا أيضا بالنسبة له.

وتتزايد أهمية العلاقات الاجتماعية للناشئ بتقدمه من الطفولة إلى المراهقة، وذلك بسبب تشعب تلك العلاقات من جهة، وازدياد تأثيرها في مجمل حياته وسلوكه الشخصي من جهة ثانية، فالمراهقة باعتبارها جسر الانتقال من الطفولة إلى الشباب، ومرحلة التحولات النمائية الحاسمة، تكسب علاقات الناشئ بأقرانه وعلاقاته الاجتماعية بصورة عامة طابعا خاصا، وتجعلها أكثر شمولا وعمقا، وبانتهاء المراهقة والانتقال إلى مرحلة الرشد ينخرط المراهق في عالم الكبار، ويصبح كل الراشدين أقرانا له إذ على المراهق النازع تجاه الراشد أن يجد مكانة في مجتمع لا يضم أقرانه المراهقين فحسب، بل أشخاصا يزيدونه في السن زيادة كبيرة في بعض الأحيان، ويلعبون الأدوار المختلفة التي ينيط بها المجتمع.[2]ويتصف النمو الاجتماعي في المراهقة بمظاهر رئيسية وخصائص أساسية تميزه إلى حد ما عن مرحلة الطفولة والرشد، وتبدو هذه المظاهر في تآلف الفرد مع الأفراد الآخرين، أو في نفوره منهم وعزوفه عنهم،و قد دلت الأبحاث على أنه كثيرا ما يعدل الطفل من القيم والمعايير التي اكتسبها في المنزل، تبعا لما تتطلبه جماعة الأقران، و هذا يجعل لتوجيه الآباء لأطفالهم في اختيار أصدقائهم أهمية خاصة، إذ كثيرا ما تؤدي الصداقة الخاطئة إلى أنواع مختلفة من الانحراف، و غالبا ما يجد الطفل في جماعة النظائر متنفسا لسلوكه العدواني الذي لا يستطيع تحقيقه سواء في جو المدرسة أم الأسرة.[3]

و المشادات أو الخلافات التي تقع داخل هذه الجماعات الجديدة، بسبب عدم التزام أعضاءها بالمعايير و القواعد التي تسيرها، تختلف عن المشاجرات التي تقع داخل جماعات الطفولة، التي تكون نتيجة حب السيطرة و التزعم، و النزعة الأنانية في الاستحواذ بالقوة على ما عند الغير، و الأعضاء داخل جماعة المراهقين يكونون

---

[1]-فؤاد بي السيد- مرجع سابق - ص 237

[2]- ميخائيل إبراهيم أسعد - مرجع سابق - ص :359

[3]- عباس محمد عوض -**التنشئة الاجتماعية و التأخر الدراسي** - 1980ص: 39

تقريبا في نفس السن، و يرفضون الانتماء إلى جماعتهم من هم أقل أو أكبر منهم سنا، و نظرا لما تمثله هذه الجماعات من دعم معنوي، و ما توفره من أمن نفسي و فرص الالتقاء بالآخرين لطرح المشاكل، و تبادل الأسرار، سيتجاوز صعوبات هذه الفترة، فإن رفض أعضاءها للمراهق، يسبب له القلق و الحيرة، لأنه قد يفسر إن سلوكه ما زال صبيانيا، لا يساير مستوى النضج الذي وصل إليه السلوك الاجتماعي للجماعة، و لا تتوفر شروط تمثيل وتجسيد نظامها و الاحتفاظ بأسرارها، لذا فإن ولاءه ووفاءه للجماعة يكون في بعض الأحيان أكبر من ولاءه لأسرته و طاعته لأوامر والديه، وكل من يحاول تهديد ذواتهم و امتداداتهم.[1]

و يشير "لافلين" في هذا الصدد إلى أثر فئة الأقران في تشكيل فكرة الناشئ عن العدل، و الظلم، و في تحديد ما يجب عليه لبسه أو فعله أثناء أوقات فراغه، فقد يتحمل المراهق إزعاج الثياب التي يلبسها بسبب خضوعه لضغوطات فئة الأقران التي تتعارض، كما قد يتحمل الضيق الناجم عن تقليده لغة الأقران التي تتعارض مع نقاوة لغة البيت التي أتقنها، و ينظر المراهق عادة إلى تقبل فئة الأقران له غاية بذاته، فإذا تعرض للرخص من قبل تلك الفئة، تحول إلى انسحابي أو معاكس، يمارس الكثير من ضروب السلوك غير السوي أحيانا، إن صحبه القرين للفرد مسرة بذاتها، وأن الاستحسان الفئوي يحيطه تأكيدا بقيمته وأهميته، مما يدفع بعض الناشئة للتضحية بكل شيء في سبيل كسب الاستحسان الفئوي والمحافظة عليه.[2]

و يقول علماء النفس أن أنداد المراهق، و زملاءه هم القوة الأولى و الفاعلة في التأثير عليه، لإبعاده عن الأنانية و التركيز على الذات، فالمراهق و من خلال تفاعله معهم و اختلاطه بهم، و بشكل مستمر مضطرد، إنما يعمل على التكيف معهم، سواء أكان ذلك في علاقاته الاجتماعية أم في التكيف مع حالات سلوكية أخرى، و قد يكون فيما يبديه لهم على ما يقومون به، أو ما تصدره من أحكام عليها ما يلفت نظرهم إلى أن هناك وجهة نظر أخرى عليهم احترامها، و الإصغاء لها بفاعلية و اهتمام ما داموا يصغون إليه و يحترمون رأيه ووجهة نظره. إن فيما يبديه أنداده من تعليق ووجهة نظر على تصرفاته، و أعماله، له وزنه الذي لا ينكر أثره على تعزيز مبادئ الحوار عند توجيهه نحو التكيف، و بخاصة في الحالات الطارئة.[3]

ومن هنا، فإن قدرة المراهق على إنشاء العلاقات الاجتماعية والاحتفاظ بالصداقات والروابط المتينة،تعتبر سنداً وجدانياً مهماً، ومقوماً أساسياً من مقومات الصحة النفسية بصفة عامة. كما تعد من أهم العوامل المساعدة في إثراءه رصيده المعرفي، و اكتمال نضجه الاجتماعي، حيث يصبح أكثر موضوعية في إدراك التصرفات، و معاملة الناس له، وبهذا يستطيع الحصول على تأشيرة الدخول إلى عالم الإنسانية الراشدة.

فالتآلف يقصد به المظاهر التي تبدو على المراهق، كميله إلى الجنس الآخر، و ثقته بنفسه و تأكيده لذاته، و تفاعله مع جماعة الأقران، و اتساع مجال تفاعلاته و احتكاكا ته الاجتماعية، أما النفور فيتمثل في مختلف

---

[1]-سعدية محمد بادر- **علم نفس النمو**-دار البحوث العلمية الكويت، 1980 ص:107

[2]-ميخائيل إبراهيم أسعد - مرجع سابق- ص :361

[3]-محمد عبد الرحمان عدس - **تربية المراهق**- ص:169

المظاهر التي تبدو على المراهق أيضا في هذه الناحية، كسخريته من بعض النظم الاجتماعية، و تمرده على الراشدين و منافسته لزملائه، و تعصبه لأرائه و آراء جماعة أقرانه.[1]

كما يتأثر النمو الاجتماعي في المراهقة بالأسرة و المدرسة و بجماعة النظائر، و قد تتناصر هذه الجماعات التي ينتمي إليها الفرد في إحدى مراحل نموه، و يدين لها بالولاء في بعض أطوار حياته على السير به قدما نحو النضج الذي يهدف إليه تكوينه، أو تحيد به عن مسالك الرشد، و تنأى به بعيدا عن مستويات النمو السوي.

3-6 النمو العقلي: تتطور الحياة العقلية المعرفية للمراهق تطورا ينحو بنا نحو التمايز و التباين، توطئة لإعداد الفرد للتكيف الصحيح لبيئته المتغيرة المعقدة، و لهذا تبدو أهمية المواهب أو القدرات الطائفية التي تؤكد الفروق العقلية الواسعة العريضة بين الأفراد المختلفين، و هكذا تكتسب حياة الفرد ألوانا عدة، خصبة، تساير في جوهرها تباين المستويات الواحدة في المجتمعات المختلفة، و تفاوت المستويات العدة في المجتمع الواحد، و تساير حياة الفرد الحياة الإنسانية نفسها في تنظيمها العام، و في تباينها و تفاوتها و اختلافها، وتنوعها و خصوبة ميادينها[2].

ومن مظاهر النمو العقلي انه يصبح باستطاعة المراهق التفكير بعيدا عن الزمان و المكان المتواجد فيها، كدليل على نمو ملكة الخيال عنده، التي تتجسد في أحلام اليقظة، التي يعيد من خلالها بناء أمانيه، و مشاريعه التي هدمها الفشل والإحباط، و للخبرات والاستشارة الذهنية التي يتلقاها المراهق في أسرته منذ الطفولة، دور فعال في تفجير البعض من ملكاته و تذيبها و صقلها، حيث أثبتت بعض الدراسات النفسية أن 50% من المكتسبات الذهنية المتوفرة للمراهق في السابعة من عمره، تحصل في الأربعة الأولى، و أن 30% منها تظهر فيما بين الرابعة و الثامنة، و أن 20% المتبقية تكتمل فيما بين السابعة و الثامنة عشر، كما أظهرت الأبحاث أن تأثيرات البيئة تبدو أكثر وضوحا في المراحل المبكرة التي تزداد فيها سرعة النمو العقلي.[3]

و يتدخل كل من عامل الوراثة، و الظروف الاقتصادية، و المستوى الثقافي و الاجتماعي للأسرة و المجتمع، ووتيرة النمو، و مستوى النضج و النمو اللغوي في تطوير القدرات العقلية، و مع تقدم المراهق في السن يزداد ارتقاء في ملكاته العقلية، فيصبح أكثر واقعية في تقييمه للأحداث، و أكثر صوابا في اختياراته وأحسن إدراكا لإمكانياته و لمعطيات الواقع، كما يزداد استقراره الانفعالي و اتزانه النفسي، و الفروق الفردية تحول دون الوصول إلى هذا المستوى في التطور عند كل المراهقين في هذه الفترة.

---

[1] -مصطفى زيدان-**دراسة سيكولوجية تربوية لتلميذ التعليم العام** -دار الشروق للنشر والتوزيع والطباعة، المملكة العربية السعودية. 1975 ص:52

[2] -فؤاد بي السيد- مرجع سابق- ص 205

[3] -مسارع حسن الراوي- **دراسات حول التربية** في **البلاد العربية**- بيروت، 1987 ص: 137

4- حاجات المراهق:

4-1 الحاجة إلى المكانة الاجتماعية: و تتضمن الحاجة إلى المركز و القيمة الاجتماعية، الحاجة إلى الشعور بالعدالة في المعاملة، و الاعتراف من الآخرين، و كذا التقبل، و الحاجة إلى النجاح الاجتماعي و الامتلاك و القيادة، الحاجة إلى إتباع قائد، الحاجة إلى حماية الآخرين، تقليدهم، الحاجة إلى المساواة بين الأفراد و الزملاء في المظهر و الملبس و المال و المكانة الاجتماعية، إضافة إلى الحاجة إلى تجنب اللوم.

فالمرحلة التي يمر بها المراهق تجعله في بحث دائم في تحديد ذاته وقيمته في إطار المحيط الاجتماعي الذي يعيش فيه، حيث يود دائما أن يكون شخصا ما، و أن يكون شخصا وأن تكون له مكانة دائمة، و تحديد مكانته ضمن جماعة الراشدين التي يعيش فيها، و الابتعاد عن مرحلة الطفولة التي مازال يعيش فيها لذلك، فليس من الغريب أن ترى المراهق يقوم ببعض السلوكات التي تميز الراشدين كالتدخين مثلا، و هذه المكانة التي يبحث عنها المراهق هي التي تحدد سلوكات الآخرين له.

4-2الحاجة إلى الراحة و الاستقلال: من أبرز مظاهر الحياة النفسية في فترة المراهقة، رغبة المراهق إلى الاستقلال عن الأسرة، و ميله نحو الاعتماد على النفس، فنتيجة للتغيرات الجسمية التي تطرأ على المراهق يشعر أنه لم يعد طفلا قاصرا، كما أنه لا يحب أن يحاسب على كل صغيرة و كبيرة، وأن تخضع سلوكه لرقابة الأسرة ووصايتها، فهو لا يحب أن يعامل كطفل، ولكنه من الناحية الأخرى مازال يعتمد على الأسرة لقضاء حاجاته الاقتصادية، وفي توفير الأمن و الطمأنينة له، فالأسرة تود أن تمارس رقابتهاو إشرافها عليه، بدف توفير الحماية له ولكنه لا يقر سياسة الأوامر و النواهي، لذلك ينبغي أن يشجع على الاستقلال التدريجي، و الاعتماد على نفسه[1].

و يعد النضج الجنسي لدى المراهق من أسباب محولته للاعتماد على نفسه، والاستقلال في اتخاذ القرارات الخاصة بحياته، فللمراهق يسعى إلى التخلص من قيود الأهل إلى أن يصبح مسئولا عن نفسه، إنه يريد غرفة خاصة لنفسه، يبتعد فيها عن أعضاء الأسرة الأصغر منه، ويستطيع أن يفكر لذاته ويخطط فعالياته، إنه يرغب في أن يحيا حياته، وفي حين أن الطفل الصغير لا يمانع في زيارة أهله للمدرسة والاهتمام بأموره فيها، فإن المراهق يكره ذلك كراهية شديدة، لأنه يعتبر هذه الزيارات دليلا على الوصاية عليه.[2]

4-3 الحاجة الجنسية: تعتبر الغريزة الجنسية من أقوى الغرائز تأثيرا على الصحة النفسية، ومن أكثرها عرضة للكبت و الضبط من قبل بعض العادات و القيم الاجتماعية، فبعد نضج الأعضاء التناسلية، تبدأ اهتمامات المراهقين تتمركز حول النمو الحاصل في هذه الأعضاء، كما تنصب انشغالا تم حول قضايا الجنس وتفصيلاته عند الطرف الآخر، فتزيد الطاقة الجنسية من تطفلهم لمعرفة الكثير عن خبايا وأسرار الجنس، و التفكير أكثر في تكوين علاقات عاطفية، وغالبا ما تكون هذه العلاقات سطحية وغير ثابتة، ترمي إلى البحث على المتعة.

---

[1]-عبد الرحمان عيسوي- مرجع سابق- ص 41-42

[2]-فاخر عاقل –**علم النفس التربوي**- دار العلم للملايين، بيروت 1979 ص: 119

إن حدوث البلوغ عند الفتيات أسرع من حدوثه عند الصبيان، إلا أن طبيعة عملية البلوغ عند الفئة الأخيرة متقدمة أكثر، لأنا تتخذ شكل إشباع عضوي جنسي، فالفتيان يسبقون في التجربة الجنسية، ويتعرضون لمختلف عروض الإثارة، أما الفتيات فهن اسبق من الصبيان في نضجهن الاجتماعي من ناحية الاهتمامات الجنسية[1]

4-4 الحاجة إلى الاتصالات الاجتماعية: إن الإنسان بطبيعته كائن اجتماعي، يعيش ويقضي معظم وقته في جماعة ، يؤثر فيها ويتأثر بها.والفرد منذ طفولته تنمو لديه القدرة بالتدريج على إقامة العلاقات الاجتماعية الفعالة مع الآخرين. فهو يتفاعل مع أمه ثم باقي أفراد الأسرة، والأهل ثم يمتد التفاعل ليشمل جماعات أخرى، بدءاً من التحاقه بالمدرسة حتى يخرج إلى المجتمع الكبير[2].فجميع الظروف المحيطة بالمراهق تأكد حاجاته إلى جماعة، يستطيع أن يشبع فيها حاجاته الاجتماعية، ليس فقط بل أن جميع الشروط الواجب توفرها لتحقيق تماسك الجماعة الجديدة أي جماعة الرفاق، كفقدان الأمن في الأسرة، الحاجة إلى الشعور بالانتماء إلى جماعة، ووحدة الهدف و التجانس في الخبرات، ووحدة المعايير و القيم و الألفة التي يمكن أن تقوم بسرعة بين للأفراد، و معرفة الأدوار في الجماعة و تحديدها، كل هذا يؤدى إلى تماسك جماعة الرفاق من المراهقين إلى أقصى حد[3].

وهناك متغيرات تتحكم في عملية تأثر المراهق بوالديه و أقرانه، كعامل السن و نوع السلوك، و نوع العلاقة السائدة بين المراهق و أسرته، و كذا نوع العلاقة الموجودة بين المراهق و جماعة الرفاق[4].

والصداقات والفعاليات الاجتماعية والمهن، كلها على صلة بتقدير الذات عند الإنسان، فكل إنسان يريد أن يكون مقبولا عند الآخرين، وكل إنسان يعلق أهميته على ما يعتقده فيه الآخرين، وذلك لأنه بحاجة إلى الصداقة، المحبة، والعلاقات الاجتماعية.[5]

5-4 الحاجة إلى الانتماء و تحقيق الذات:ويؤكد كل منعودة ومرسي**،** أن الحاجة إلى الجماعة والانتماء من أهم الحاجات الأساسية التي تلح في الإشباع، وتدفع الشخص إلى الارتباط بجماعة أو أكثر يحبها وتحبه، ويجد عندها الأمن والتقدير والاطمئنان والمكانة الاجتماعية، وتشبع له حاجاته إلى الصحبة، وتؤثر في بناء شخصيته وفي تكوين قيمه واتجاهاته وميوله.[6]

ويضيف فرج أن الإنسان لابد له من وجود في حضرة الآخرين، فهم الإطار الذي يمارس من خلاله وجوده وحريته، فالآخر إذا جاز التعبير هو شيء أشبه بجهاز المناعة النفسي، إذا غاب صار التدهور الشامل قدر كل

---

[1]-عبد العالي الجسماني- مرجع سابق - ص 122

[2]-حامدعبدا لسلامزهران-**علم النفس الاجتماعي**- عالم الكتب، الطبعة الرابعة ، القاهرة ، 1977ص 14-15

[3]-محمد عماد الدين إسماعيل - **النمو** في **مرحلة المراهقة** - دار القلم، الكويت ، 1982 ص84

[4]-محمد عماد الدين إسماعيل - نفس المرجع ص 93

[5]-نعيم الرفاعي - **الصحة النفسية - دراسة** في **سيكولوجية التكيف**- مطبعة طربين دمشق ط.1969، ص :119

[6]-مرسي أبوبكر محمد-**تعاطي المراهقين للبانجو وعلاقته بتقدير الذات والشعور بالوحدة النفسية**-مجلة دراسات نفسية ، رابطة الأخصائيين النفسيين المصرية (رانم) ، المجلد 9،العدد3، مصر 1999 ص355

وظائف النفس، بل والجسم في نهاية المطاف. ذلك أن الإنسان هو كل لهينيته وماهيته، له وجوده الكيفي المتميز، في العالم وفي صحبة الغير.[1]

الانتماء إلى مجتمع خاصة هامة من خواص الإنسان عموما، فهو يشعر بالطمأنينة و الأمن و الرضا، و السعادة، و تبدأ هذه الميزة بالمران والتدريب منذ الطفولة الأولى (في كنف الأسرة)، وتستمر باستمرار الحياة على هذه الأرض، و نتيجة انتماءه إلى المجتمع فهو يرغب بالتعبير عن ذاته، و يبدي المراهق تمردا عنيفا إذا ما أعيقت هذه الرغبة من قبل الأسرة أو المدرسة أو المجتمع، و ما انضمامه إلى الشلة من الأصحاب التي تشكل له بديلا للأسرة، إلا متنفسا يجد فيه الراحة النفسية، فهي تفهمه أكثر من أسرته الم لية، و معها يشعر بأنه لم يعد وحيدا، و في أية أزمة تعترضه، و النمو الاجتماعي يتعلق بالنمو الجسدي، فالمراهق لا يأتي مرافقة إلا من يقاربه في السن و في الجسم، و المعايير العلمية و الثقافية قد لا تكون ذات أثر كبير بالنسبة للصحبة في هذه المرحلة، و الأولوية هي للسن و الهوايات المشتركة.

فتطور الادراكات الذاتية و اتجاهات الذات، إنما تحدث تحت ظروف الحياة الاجتماعية، و يجب أن يفهم في حدودها، ففي كل موقف اجتماعي، قد يظهر الفرد أنماط فريدة ومختلفة من السلوك في ظاهرها، أي أنه يلعب أدوارا اجتماعية، هي عناصر في الذات الكلية، ينكشف إبان عملية التكيف مع جماعة معينة.

وقد ذكرنا أن "جيمس" و "ميد" و "ميلر" وغيرهم، يرون أن الفرد يمكنه تملك عدد من الذوات الاجتماعية تمثل كل منها مجموعة من الاستجابات، مستقلة بدرجة أو بأخرى، و مكتسبة من مختلف الجماعات الاجتماعية التي يشارك فيها، و تلعب المقارنة دور يؤثر في مفهوم الذات لدى الفرد نفسه بطريقة غير مباشرة من المقاييس الخاصة للأفراد الآخرين، الأعضاء في نفس الجماعة الاجتماعية التي ينتمي إليها، وتحتاج الادراكات الذاتية الفردية (أو بدقة أكثر إدراكات الذات بالنسبة للآخرين) إلى إطارات مرجعية ثابتة لكي تتم من خلالها، و تقدم الجماعات هذه الإطارات المرجعية من خلال العلاقة بين الذات الفرد، وعضوية جماعة أو جماعة مرجعية.

وقد تركزت مجموعة من الاتجاهات حول تأثير مفهوم الذات على السلوك الاجتماعي خاصة اختيار الصديق (الجاذبية للجماعة)، وثم مشاكل أخرى حول التوحد في الجماعة و كيفية معالجتها، إذا كان الناتج هو فقدان هوية الأفراد للشخصية، ثم مشكلة توضيح تمثل المعايير الجماعية الجديدة، فالكائن الإنساني لا يصبح كائنا إنسانيا إلا بدخوله في علاقات متبادلة مع غيره من الكائنات الإنسانية.

5- علاقة المراهق بالمؤسسات الاجتماعية:

يعد الوسط الاجتماعي بمختلف مكوناته من أهم الركائز الأساسية في بناء الشخصية في هذه المرحلة، لأن العلاقات الاجتماعية تمثل همزة وصل في ارتقاء المراهق من عالم الطفولة إلى سن الرشد، و للتنشئة الاجتماعية دور فعال في إدراكه لطبيعة معاملته مع الآخرين، وفي اكتساب خصائص الاندماج، و في تفهم المعايير و

---

[1]-فرج أحمد **-مقال** في **العدوان - مقدمة ابستومولوجية** - مجلة علم النفس ، العدد 27 ، الهيئة المصرية للكتاب القاهرة 1993،ص12

الضوابط الاجتماعية، و أزمة المراهقة كما يسميها البعض ليست مشكلة تغيير جسمي مفاجئ أو اضطراب نفسي فقط، بل هي كذلك أزمة في تحقيق الاندماج الاجتماعي.
كما أن للمؤسسات الاجتماعية كالأسرة و المدرسة، و الجماعات خاصة الرياضية منها، تأثيرا قوي في تشكيل مفهوم المراهق عن ذاته، حيث توفر له فرصا لاختبار قواه، و اكتساب قدراته و جوانب عجزه و تصوره. و قد تعجز تلك المؤسسات في تقبل و تفهم الكثير من ميوله، و اهتماماته، و أن تقوده إلى رؤية حسنة للقيم و المعاني، و لا تمكنه من استخدام معارفه المكتسبة على أرض الواقع، مما يبقيه عاجزا عن مجابهة مشكلاته.
5-1 علاقة المراهق بالأسرة: تعد الأسرة من أهم المؤسسات التي تزرع البذور الأولي للسواء أو المرض، و يتوقف التأثير في كل مرحلة على مجموعة من التغيرات المتفاعلة، منها عدد أفراد الأسرة، و مستوى تعلم الوالدين، و ترتيب الفرد بين إخوته، نسق عملية التنشئة الاجتماعية التي تتبناها الأسرة، كما يتمثل ذلك في الاتجاهات الوالدية ما بين السيطرة الزائدة، أو العناية أو الحماية الزائدة، أو الإهمال، كذلك للوضع الاقتصادي داخل الأسرة دورا فعالا بالسلب أو الإيجاب، و لا يعني هذا أن الثراء يؤدي إلى السواء، وأن الفقر يؤدي إلى المرض، بل قد يحدث العكس في أحوال كثيرة، فالمتغيرات لا تؤدي دورها بطريقة مجردة، و لكنها تعمل وفق منظومة العوامل التي تشكل كل الأبعاد المؤثرة في تشكيل، و تكامل شخصية الفرد[1].
وينعكس الصراع بين المراهق ووالديه سلبا على السير الطبيعي للعلا قات التي تربطهما، و بإصرار الوالدين على فرض سيطرتما، و التحكم في زمام الأمور، و إرغام الأبناء على الامتثال لعادات العائلة و تقاليدها،وتشبث المراهق بأفكاره، و رغبته الملحة في تغيير طبيعة معاملة والديه بما يتناسب و سنه، و مستواه العقلي، يزداد الصراع و تتدهور العلاقة أكثر بينهما، إلا أن هذا الصراع يختلف من الأم إلى الأب حسب المستوى الثقافي و التعليمي، و طبيعة شخصية كل منهما.
أول ما تتجه إليه ثورة المراهق هم أقرب الناس إليه، و أحبهم إلى قلبه (لأم، الأب،الإخوة)، إذا أحيط بمزيد من الرعاية و العطف، و الحب، فإنه يثور لأنه يذكرونه بالطفولة التي لم يعد يرتضيها مكانة له، وقد يثور للأمور، نراها نحن الكبار تافهة، لكن يراها مهمة، فهو يثور لتأخر الطعام، أو لنوعيته أو للتدخل في شؤون دراسته، أو فرض ملبوسات معينة أو موضة لا يرتضيها، وغالبا ما يفكر المراهق أمام هذه المشكلات بالهروب من جو الأسرة، إذا كانت مشددة يغادرها رغبة منه في تحطيم القيود المفروضة عليه من قبل الأسرة و المتمع، كذلك ينفر المراهق من الأسرة المتساهلة جدا، و التي لا تحمله المسؤولية و لا تعتمد عليه و كأنا تريده أن يبقى طفلا، و هذا ما يرفضه المراهق، في غ إلى ناحية يثبت فيها عكس ذلك، ومن أكثر المشكلات حدوثا بين المراهق ووالديه هو سؤاله الدائم عن سبب تأخره خارج البيت، و التدخل في شؤون اختياره لأصدقائه.
أما علاقة المراهق بإخوته فتتحدد طبيعتها حسب ترتيب بينهم، لأن وضعيته كأخ أكبر تجعله يتمتع بعض الامتيازات، كحرية التصرف و إبداء الرأي، وإصدار النصح، و كسب احترام و تقدير الوالدين و الكبار

[1] -حسن الصالح الدهري- مرجع سابق- ص 105

عامة، أفضل من وضعيته كأخ أوسط أو أخير، الأمر الذي يؤدي إلى ظهور الغيرة بين الإخوة، كما أن تفضيل و تمييز الوالدين في معاملتهما للأبناء يزيد من تدهور العلاقة، وظهور البغضاء و الحقد بينهما.

يجمع العلماء على مختلف أطرهم النظرية على أن الخبرات الأسرية هي من أهم المؤشرات التي تأثر في النمو الاجتماعي و النفسي للفرد، بوصفها مصدر خبرات الرضا و إشباع الحاجات، فضلا عن كونا المصدر الأول للاستقرار النفسي و الاتصال في الحياة، و إذا ما أردنا أن نعد جيلا سليما نقيا و ناضجا عقليا، فعلينا أن نبدأ بالأسرة و بخاصة الأبوين، مداركهم و علاقتهم بالآخرين، و مدى تقبلهم لهم, لان خوف الأبوين و حبهما لأبنائهما هو الذي يغرس فيهم بذور الصحة النفسية.[1]

5-2 علاقة المراهق بالمدرسة: عادة ما تكمل المدرسة ما تم من بناء للفرد داخل الأسرة، إذ تؤدي المدرسة عادة إلى إضافة عناصر أخرى تسهم أيضا في تشكيل شخصية من خلال البرامج المدرسية، و المقررات التثقيفية، و العلاقات مع المدرسين، و المناخ المدرسي السائد الذي قد يكون ديمقراطيا أو فوضويا، أو اتوقراطيا ...الخ، مما يؤثر بدوره سلبا أو إيجابا في ترسيخ السواء، أو بذر بذور المرض، و الملاحظ في أحيان كثيرة أن تقوم الصحة النفسية، وقد يحدث العكس بحيث تؤثر المدرسة باتجاه سلبي إذا افتقرت إلى الرؤية التربوية السليمة، و كذا إذا افتقرت إلى العناصر البشرية الواعية المعدة و المدربة جيدا، وكذلك إذا افتقرت إلى النقص البين في الإمكانيات و الوسائل، وعندما تعاني المدرسة من هذا القصور ت لق تلقائيا إلى هبوط مستوى خدماتا التعليمية و التربوية، و تغوص في الشكليات على حساب الفرد المتعلم، فتأثر في شخصيته مكونة فيها الأزمات والتصدعات، وتولد في نفسه الشكوك ضد الـتمع الذي يعيش فيه، فيعيش في ممارسته اليومية حالات قاسية من الاحباطات المتواصلة التي تنعكس على علاقته بمدرسته و مدرسيه، ويتدنى مستوى تعليمه و تحصيله الدراسي، مما يترتب عليه أن يصبح عرضة للخوف و المرض، و القلق و الإصابة العصابية، التي تعبر عن خلل في الصحة النفسية.[2] وبالتالي أي محاولة من طرف آخر سواء أكان شخصا آخر كالمعلم أو الهيئة التربوية الحراسة العامة،المدير... أو الوعاء المدرسي- باعتباره عنصرا لايتجزأ من مكونات العملية التعليمية - تبقى محاولة مرهونة بمدى فهم وإدراك التلميذ ومدى استيعاب ميولاته وغرائزه، وكذا مراعاة اكراهاته البيولوجية،وشهوانيته التي تكون متقدة لتزامنها مع فترة المراهقة، وزيادة نمو جسمه وعقله. وهكذا فإن حاجات التلميذ ليست مجرد أشياء معزولة عن واقعه لمدرسي، بل يجب أن تكون من ضمنها إذ أن الجسد يغذي الروح والروح تغذي العقل، وكل إهمال للجسد إهمال للروح وللعقل والعكس صحيح. إذ أن تلقي المعرفة يبقى مشروطا بمدى قابلية الفرد ومدى حاجته للمعرفة، وكل نشاط مفروض على التلميذ لابد أن يقابل بالرفض والنفور. ونحن نؤكد على أن كل نشاط خارجي يكون بالضرورة عنفا على الذات إذ لم يحسن تقديمه والتمهيد له نفسيا واجتماعيا، ويواجه التلاميذ مشكلات اجتماعية ناتجة عن نقص خدمات التوجيه التربوي،

---

[1] -حسن الصالح الدهري - نفس المرجع ص 175

[2] -حسن الصالح الدهري- مرجع سابق - ص 181.

الذي بمقتضاه يتمكن الدارس من الالتحاق باللون المناسب من الدراسة لقدراته و استعداداته و ميوله، كما أن المنهج الدراسي الموحد الذي تأخذ به المدارس غالبا ما لا يأخذ في اعتباره قدرات التلميذ، و أوضاعهم البيئية.
كما أن مدارسنا اليوم بأعدادها الكبيرة، تبعد أن تكون وسيلة لإرضاء الحاجات النفسية الأساسية لتلاميذها، و بث الأمن في نفوسهم، و لا يغيب عنا ما تحدثه الامتحانات بشكلها اليوم من قلق و توتر وضيق، فالدراسة تجري بطريقة التلقين، و هي لاتترك لأبنائنا فرصة إبداء الرأي، و تحميل التبعيات، والإعداد بالنفس. إن الموقف السلبي للشباب في المدرسة يقتل فيه روح الاستقلال، و الاعتماد على النفس، وينمي لديه روح التبعية والإذعان و التسليم بكل ما يسمع، حتى أضحى يتقبل كل ما يقال،فهاهو قد ربى سوالفه و أطال شعره.[1]
و منذ عهد "جون ديوي"ينظر إلى المدرسة على أنا مجتمع مصغر، بحيث إن ما يدرس في المدرسة من معارف و خبرات و مهارات، وما تؤكد عليه من قيم و اتجاهات و معايير، يجب أن يكون مرتبطا بالتمع الخارجي الذي يعمل فيه، يجعل منها مجتمعا صغيرا يحدد فيه الكثير من الأدوار و المسؤوليات، و بالرغم من هذه الاستقلالية فالمدرسة لا يمكن اعتبارها مؤسسة مكيفة تكيفا ذاتيا، و إنما طبيعة دورها تجعلها مرتبطة ارتباطا وثيقا بمؤسسات التمع، فالمدرسة لا يمكن أن تعمل في عزلة التمع و مؤسساته، و إنما تتأثر با و تؤثر عليها.[2]

3-5 علاقة المراهق بجماعة الأقران: تحتل الصداقة مكانة هامة في السير الطبيعي للنمو النفسي و الاجتماعي، و تتجلى مظاهرها أكثر بعد انتقاله من مرحلة اتجاهه نحو ذاته في بداية المراهقة إلى مرحلة إقامة علاقات اجتماعية مع أقرانه في المدرسة و في الحي، و الزمالة كمؤشر على تدرجه نحو اندماجه الاجتماعي، تتناقص دائرتا مع ناية هذه الفترة لتحل محلها الصداقة، أين تنحصر علاقاته في عدد معين من الأشخاص، تظهر على شكل جماعات يهمه فيها العمق، و الشدة أكثر مما يهمه الاتساع على السطح.[3]
ولعل أهم مطالب النمو الاجتماعي التي يتطلبها النمو النفسي السوي في مرحلة المراهقة، تكوين علاقات طيبة ناضجة مع رفاق السن، ونمو الثقة في الذات، والشعور الواضح بكيان الفرد، وامتداد الاهتمامات إلى خارج حدود الذات، والمشاركة الواعية المسئولة في الأسرة والجماعات الأخرى، والاتصال والتفاعل السليم في حدود البيئة،والاستمتاع بالحياة، وتوسيع دائرة الميول والهوايات، وتنمية المهارات التي تحقق التوافق الشخصي والاجتماعي السوي . ومن هنا فإن جماعة الأقران تعتبر أحد العوامل الأساسية، والمهمة في عملية النمو الاجتماعي في مرحلة المراهقة، وخاصة عندما ينتقل المراهق من التبعية السلبية للوالدين إلى عالم أوسع وأرحب، هو الانتماء للأقران،ذلك أن المراهقين عادة مايفضلون التوجه نحو الأشخاص الذين في مثل أعمارهم أكثر منت وجههم نحو الوالدين.و لجماعة الأقران دور كبير في حياة المراهق،وذلك لما تتيحه له من حرية التعبير عن انفعالات الخوف والغضب ومشاعر الشك، وبما تيئه من اطمئنان ينشأ عن وعي المراهق بأن الآخرين لديهم

---

[1]- محمد عباس عوض - في **علم النفس الاجتماعي**- دار النهضة العربية- بيروت 1980 ص: 53

[2]-سميرة أحمد سيد- **علم اجتماع التربية** - دار الفكر العربي القاهرة، 1998 ص 73

[3]- مصطفى سويف- **الأسس النفسية للتكامل الاجتماعي**- دار المعارف بمصر ط 41981ص 239

نفس المخاوف والشكوك والآمال، بل إن النقد الذي يوجهه الأصدقاء بعضهم لبعض، يتيح الفرصة لتعلم أنماط سلوك جديدة، كما يساعدهم على تعديل سلوكهم وأفكارهم، دون الحاجة إلى المرور بتجربة مؤلمة لكي يتعلموا منها، فالصداقات في هذه المرحلة تساعد المراهق على تحديد هويته، ولذلك فإنه من الصعوبة إلى حد كبير أن يتخلى المراهق عن أصدقائه وزملائه، إذ أنه يضع فيهم ثقته الكاملة ويفضي إليهم بما يجول في خاطره وهو مطمئن لفهمهم وتقديرهم لما يقول ويفعل.

و قد دلت الأبحاث على أنه كثيرا ما يعدل الطفل من القيم والمعايير التي اكتسبها في الم ل، تبعا لما تتطلبه جماعة الأقران، و هذا يجعل لتوجيه الآباء لأطفالهم في اختيار أصدقائهم أهمية خاصة، إذ كثيرا ما تؤدي الصداقة الخاطئة إلى أنواع مختلفة من الانحراف، و غالبا ما يجد الطفل في جماعة النظائر متنفسا لسلوكه العدواني الذي لا يستطيع تحقيقه سواء في جو المدرسة أم الأسرة.[1] و المشادات أو الخلافات التي تقع داخل هذه الجماعات الجديدة، بسبب عدم التزام أعضاءها بالمعايير و القواعد التي تسيرها، تختلف عن المشاجرات التي تقع داخل جماعات الطفولة، التي تكون نتيجة حب السيطرة و التزعم، و ال عة الأنانية في الاستحواذ بالقوة على ما عند الغير، و الأعضاء داخل جماعة المراهقين يكونون تقريبا في نفس السن، و يرفضون الانتماء إلى جماعتهم من هم أقل أو أكبر منهم سنا، و نظرا لما تمثله هذه الجماعات من دعم معنوي، و ما توفره من أمن نفسي و فرص الالتقاء بالآخرين لطرح المشاكل، و تبادل الأسرار، سيتجاوز صعوبات هذه الفترة، فإن رفض أعضاءها للمراهق، يسبب له القلق و الحيرة، لأنه قد يفسر ان سلوكه ما زال صبيانيا، لا يساير مستوى النضج الذي وصل إليه السلوك الاجتماعي للجماعة، و لا تتوفر شروط تمثيل وتجسيد نظامها و الاحتفاظ بأسرارها، لذا فإن ولاءه ووفاءه للجماعة يكون في بعض الأحيان أكبر من ولاءه لأسرته و طاعته لأوامر والديه، وكل من يحاول تديد ذواتم و امتداداتم[2].

و يشير "لافلين" في هذا الصدد إلى أثر فئة الأقران في تشكيل فكرة الناشئ عن العدل، و الظلم، و في تحديد ما يجب عليه لبسه أو فعله أثناء أوقات فراغه، فقد يتحمل المراهق إزعاج الثياب التي يلبسها بسبب خضوعه لضغوطات فئة الأقران التي تتعارض، كما قد يتحمل الضيق الناجم عن تقليده لغة الأقران التي تتعارض مع نقاوة لغة البيت التي أتقنها، و ينظر المراهق عادة إلى تقبل فئة الأقران له غاية بذاته، فإذا تعرض للرخص من قبل تلك الفئة، تحول إلى انسحابي أو معاكس، يمارس الكثير من ضروب السلوك غير السوي أحيانا، إن صحبه القرين للفرد مسرة بذاتا، وأن الاستحسان الفئوي يحيطه تأكيدا بقيمته وأهميته، مما يدفع بعض الناشئة للتضحية بكل شيء في سبيل كسب الاستحسان الفئوي والمحافظة عليه[3].

و يقول علماء النفس أن أنداد المراهق، و زملاءه هم القوة الأولى و الفاعلة في التأثير عليه، لإبعاده عن الأنانية و التركيز على الذات، فالمراهق و من خلال تفاعله معهم و اختلاطه بم، و بشكل مستمر مضطرد، إنما

---

[1]-عباس محمد عوض -**التنشئة الاجتماعية و التأخر الدراسي** - مرجع سابق ص 39

[2]-سعدية محمد بادر- مرجع سابق- ص107

[3]-ميخائيل إبراهيم أسعد - مرجع سابق - ص 3

يعمل على التكيف معهم، سواء أكان ذلك في علاقاته الاجتماعية أم في التكيف مع حالات سلوكية أخرى، و قد يكون فيما يبديه لهم على ما يقومون به، أو ما تصدره من أحكام عليها ما يلفت نظرهم إلى أن هناك وجهة نظر أخرى عليهم احترامها، و الإصغاء لها بفاعلية و اهتمام ما داموا يصغون إليه و يحترمون رأيه ووجهة نظره. إن فيما يبديه أنداده من تعليق ووجهة نظر على تصرفاته، و أعماله، له وزنه الذي لا ينكر أثره على تعزيز مبادئ الحوار عند توجيهه نحو التكيف، و بخاصة في الحالات الطارئة.[1]

ومن هنا، فإن قدرة المراهق على إنشاء العلاقات الاجتماعية والاحتفاظ بالصداقات والروابط المتينة،تعتبر سنداً وجدانياً مهماً، ومقوماً أساسياً من مقومات الصحة النفسية بصفة عامة .كما تعد من أهم العوامل المساعدة في إثراءه رصيده المعرفي، و اكتمال نضجه الاجتماعي، حيث يصبح أكثر موضوعية في إدراك التصرفات، و معاملة الناس له، وبذا يستطيع الحصول على تأشيرة الدخول إلى عالم الإنسانية الراشدة.

خلاصة:

من خلال مناقشتنا لمختلف محاور هذا الفصل يتضح لنا بان مرحلة المراهقة ليست مجرد تغير بيولوجي سريع يرتبط بمظاهر البلوغ وما يترتب عنه من تحولات بيولوجية، وجسمية بل هي كذلك مرحلة تحول حاسمة، ووثبة حيوية تمس الجانب النفسي الاجتماعي للشخصية، وتتدرج با نحو اكتمال النضج. ورغم ما توفره هذه الفترة من شروط الصراع النفسي وعدم الاستقرار الانفعالي، والتقلب المزاجي وصعوبة الاندماج في دائرة العلاقات الاجتماعية، والحيرة والقلق، والانشغال الذي يظهر على الآباء نتيجة التغير المفاجئ لسلوك أبنائهم، إلا أنا أزمة عادية سرعان ما تزول، فهي إحدى مراحل النمو التي يمر با الإنسان وينتقل من خلالها من عالم الطفولة إلى بداية سن الرشد.

وتحقيق المراهق خلال هذه المرحلة لمستوى مقبول من التوافق النفسي الاجتماعي يرتبط مباشرة بمدى تحقيقه لحاجاته النفسي و الاجتماعية، وبعلاقاته بمختلف المؤسسات الاجتماعية بداية بالأسرة ثم المدرسة ثم جماعة الأقران.

[1]-محمد عبد الرحمان عدس - مرجع سابقص169

الفصل الرابع

نشاطات الرياضات الجماعية

تمهيد:

تمثل النشاطات الرياضية لاسيما الجماعية منها، حاجة هامة لصحة الفرد النفسية، فهي تعتبر مكملا للحياة الحديثة إذا أردنا توازنا، و الاحتفاظ بأجهزة الجسم العضوية في حالة لائقة، فهي تلعب دورا وقائيا و تحسينيا في الصحة النفسية للفرد و الجماعات في المدارس و المؤسسات الاجتماعية، كما أنا تخفف و تزيل التوتر العصبي، و التعب الناتج عن الدراسة و العمل.

و العمل العضلي الزائد هو علامة مميزة و ضرورية للنشاطات الرياضية الجماعية، يرتبط دائما بالأحوال الطبيعية بحالة من المتعة و المرح والسرور، و الإحساس بالارتياح و الرضا و الإشباع، كما أن إتقان المهارات الحركية التي تتسم بالصعوبة والتعقيد تجعل المراهق يشعر بمهاراته و رشاقته، و شجاعته و قدرته على التحمل، وثقته في قدراته، وأن يحس بقدر معين من التفوق و الامتياز، وكل ذلك يدعم الصحة النفسية للمراهق.

ولو نظرنا إلى ظروف و مستلزمات النشاطات الرياضية الجماعية لوجدنا أنا وسيلة لتكوين أخلاق التلميذ، و بناءه بالشكل الذي يجعله مواطنا صالحا، له الخصائص و الصفات الحميدة ما يجعله قادرا على مهماته و مسؤولياته الوطنية بشجاعة و اقتدار عال.

فالألعاب الجماعية قائمة على أسا س التنافس، و تتطلب أن يعمل الفريق كمجموعة من أجل الفوز الشريف، و أن يوظف اللاعب جميع إمكاناته الذاتية، و قدراته الفنية في خدمة الجميع، وذلك يخلق حالة نكران الذات، و تغليب الحالة الجماعية على الحالة الفردية، ثم أن اللعب الجماعي يوفر الأجواء السليمة للعلاقات الإنسانية، و ينمي إلى حد بعيد الشخصية المتزنة اللاعب.[1]

و سنقوم في هذا الفصل بتعريف مفهوم الرياضات الجماعية، و تحديد ثوابتها وخصائصها، ثم تحديد مفهوم الفريق الرياضي، ثم نتطرق إلى بعض الرياضات الجماعية الأكثر ممارسة من طرف فئة المراهقين، وفي الأخير نتطرق إلى دور ممارسة الرياضات الجماعية في تحقيق عملية التوافق النفسي الاجتماعي للمراهق.

---

[1]-سامي الصفار ، جمال صالح - **أسس التدريب** في **كرة القدم** - 1990، ص 344-345

1- مفهوم الرياضات الجماعية:

قد تختلف آراء المختصين في إعطاء مفهوم الرياضات الجماعية باختلاف نظرة كل واحد منهم لها، فهناك من يرى أن الرياضات الجماعية ما هي إلا نشاط لشغل وقت الفراغ، و هناك من يرى أنا نشاط جماعي هادف كبقية النشاطات داخل التمع، و هناك من يذهب إلى أبعد من ذلك، فيرى أنا وسيلة ترفيهية ممتعة، و تكتسي طابعا اجتماعيا ممتعا، ويرى في هذا السياق "LeonTheodorxo"أن اللعب الرياضي الجماعي يمثل شكل من أشكال النشاط الاجتماعي المنظم، شكل من تمرين رياضي له حاجته الترفيهية، كذلك التطويرية، حيث المشاركين- اللاعبين- يكونون فريقين تشكيليين، تتواجد بينهم علاقة تخاصميه نموذجية، و ليست عدوانية، و هو ما يسمى بالخصومة الرياضية، علاقة موضحة بالمنافسة، و تنتهي هذه الأخيرة بالفوز الرياضي، بمساعدة الكرة أو أي شيء آخر من اللعب، يستعمل حسب قوانين قائمة مسبقا.[1]

ومن هنا فإن نشاط الرياضات الجماعية هي كبقية النشاطات في التمع، يشترك فيها أكثر من شخص واحد في جو تنافسي، و تعاوني، لتحقيق هدف جماعي مشترك، و هي وسيلة تربوية مهمة تساهم في التطوير الإيجابي للعديد من الجوانب عند الفرد، سواء كانت جسمية أو نفسية أو اجتماعية أو تربوية، تذوب فيها شخصية الفرد، في ظل فريق متماسك، وتزول فيها أنانية اللاعب الفردية، أمام مصلحة الجماعة، و هي نتيجة مجهودات فردية متكاملة و متناسقة، يتوقف بنجاحها على التعاون المستمر بين أعضاء الفريق، و تظهر مدى فعاليتها في الإتقان الجيد الصحيح للمهارات الخاصة با، و طرق تنظيمها، كل هذا يجعلها تكتسي طابع الإثارة و التشويق عند ممارسيها ومتتبعيها.

2- ثوابت الرياضات الجماعية :

2-1 الكرة : تعتبر الكرة آداه مؤثرة بالنسبة للتلميذ و تلبي حاجاته الحركية، ممتلكة قوتا و حركتها الخاصة با، و هي تنشط حركة التلميذ، و تحثه على التحرك الجدي و القفز، و تمثل الكرة الوسيلة التي من خلالها يستطيع اللاعب إلغاء عدوانيته، و آداة تسمح له بفرض سيطرته عندما يتحصل عليها، و بالموازاة فهي تمثل عامل تبادل، و هذا يعني إمكانية اللاعب الدخول في الاحتكاك و ربط علاقة مع الآخرين، و ذلك حسب قوانين مختلفة و دقيقة، تحدد حسب كل لعبة.[2]

2-2 الميدان: ميدان الرياضات الجماعية فضاء مغلق، حيادي ومدعم لإجراء لقاء بين فريقين ويمتلك هذا الميدان أبعاد دقيقة، حيث أن كل لاعب يقتسم هذا الفضاء مع زملائه للتنافس ضد الخصم، والدفاع عن منطقته الخاصة.[3]

2-3 المرمى: فوق الميدان من أجل الفوز لابد على الفريق أن يسجل أكبر عدد من النقاط ضد خصمه، وهذا يعني إيصال الكرة وإدخالها، أو لمسها لهدف معين، وطبيعة المرمى مرتبطة بنوع الرياضة الجماعية،

[1]-LeonTheodorxo-**Contribution au concept de jeux sportifs**- perrtehande n 7012-1988 page 89

[2]-Claude bayer -**l'enseignement des jeux sportifs collectifs**-3eme édition, 1990, p 33

[3]- Claude bayer : ibid., p 33

فالهدف يمكن أن يكون الملعب نفسه، مثل الكرة الطائرة أين يجب أن تلمس الكرة أرضية الفريق المنافس لتحقيق نقطة، في الرياضات الجماعية الأخرى، المرمى عبارة عن إشارة مادية ثابتة,أي مرمى تدخل من خلاله الكرة.

2-4القوانين: إن طبيعة نشاط الرياضات الجماعية يتطلب لتأقلم مع مجموعة من القوانين، والتي تتحدد بصفة لعب الكرة، وبأي منطقة من الجسم، ما تسمح بمعرفة شكل الكرة، حجمها ووزنا، كما نعلم بالموازاة كيفية التعامل مع الخصم فوق أبعاد ساحة اللعب، عدد اللاعبين المسموح لهم بالمشاركة في اللقاء ومدة المباريات.

والقوانين هي مجموعة اتفاقيات دقيقة، وفور خضوع اللاعب تحت هذه القوانين تصبح حركيته محددة ومختصة حسب كل رياضة.

فالنشاط الرياضي التنافسي يعتمد على التحكيم في تقرير الفريق الفائز، ويتم ذلك وفق قواعد منضبطة إلى حد كبير، مؤسسة على مبادئ وقيم واحترام حقوق الإنسان، والأمن والسلامة، والعدالة والجدية، وال اهة والاعتبارات التربويةو الخلقية.[1]

حيث يتم تسيير المقابلة ومراقبة تطبيق قوانين الرياضة من طرف حكم اللقاء، الذي تعينه الجماعة الرياضية لذلك، والذي تكون له دراية تامة بقوانين هذه الرياضة، يتخذ إجراءات عقابية أو جزائية في حالة تجاوز هذه القوانين من طرف أحد اللاعبين، وتختلف درجة العقوبة حسب نوع المخالفة.

2-5 الزملاء:على غرار الرياضات الفردية فإن الرياضات الجماعية تمارس في شكل جماعي، تشترك فيها مجموعة من الأفراد في المعايير والقيم، مشكلين ما يسمى في الرياضات الجماعية بالفريق الرياضي، وتتميز طبيعة هذا الفريق بالتجانس سواء في الجنس، أو العدد أو السن، أو الهدف.

فالرياضات الجماعية نشاط يتطلب التعاون من أجل هدف واحد مشترك، وهذا يعني أن اللاعب واجب عليه أن يفهم زميله الآخر ونواياه في مستوى التعاون،وهذا لا يتحقق إلا بعد معرفة الرفيق والشعور بتصرفاته، بالإضافة إلى معرفة المؤشرات التي تكشف عن أهدافه.[2]

2-6 الخصم :إذا كان وجود الرفقاء قد أصبح مركب موافق لكل رياضة جماعية، فإن وجود الخصم يمثل عنصر مشترك وأساسي، فكل مقابلة تكون محللة ومعرفة بنتيجة القوة بين الفريقين عن طريق الهجوم، فكل فريق تحاول ترجيح كفة القوة لصالحه عن طريق الحصول على نقاط، وفي حين أن الدفاع يحاول إبقاء التوازن بالتصدي للهجمات.

3- خصائص ومميزات الرياضات الجماعية:

تختلف الرياضات الجماعية عن باقي الرياضات الأخرى من حيث خصائصها ومميزاتا، كالكرة والميدان الذي تمارس فيه، الخصم، الزملاء، وبنية اللعب كالعلاقات المتبادلة والمتواصلة بين الهجوم والدفاع في مختلف مراحل

---

[1]-أمين أنور الخولي - **الرياضة والمتمع**- مرجع سابق ص 196

[2]-Claude bayer - ibid , p :41

اللعب وتكتيكه، وكذا من حيث القوانين التي تنظم صفات الاتصالات المسموح بها أثناء المنافسات بين الزملاء، أو مع الخصم ....الخ وسنتناول بعض الخصائص فيما يلي:

3-1 الإطار الجماعي: تكتسي الرياضات الجماعية طابعا جماعيا، يشترك فيها عادة عدة أشخاص في علاقات وأدوار متكاملة، ومترابطة من تحقيق أهداف مشركة في إطار جماعي.

والفريق مجموعة متلاحمة متناسقة تلعب دائما بحماس وهمة، وقصارى القول، هذا الفريق يتميز بملامح خاصة وأسلوب خاص، ويمكن الإلمام الشامل بصفات الرياضيين الفردية، المدرب من أن يقرر من منهم يقود الهجمات ومن يترأس الدفاع، ومن يؤدي دور ناقل الكرة في الألعاب المنظمة.[1]

كما أن بناء وقيادة الفريق تتحدد بدرجة التفاهم والرضا بين أعضاءه، إذ أن انخفاض درجة الرضا يؤدي بالضرورة إلى نفس الفاعلية والإيجابية في تحقيق أهداف الفريق، وكل هذه الأدوار والمراكز، والمسؤوليات لأعضاء الفريق هي التي تحدد درجة تماسكه، والتي ترتبط أساسا بدرجة انجذاب أعضاء الفريق فيما بينهم و هذا الانجذاب لن يكون إلا إذا أحسن جميع أعضاء الفريق بتحقيق الأهداف المسطرة، و طالما أن الفريق يكتسي أهمية بالنسبة لكل عنصر، فإنه من السهل أن يؤثر في سلوكه.

3-2 النظام: يحدد طبيعة القوانين في كل رياضة جماعية، و كذلك يحقق الاتصالات المسموح بها بين الزملاء، و الاحتكاك بالخصم، وهذا ما يكسبها طابعا مهما في تنظيم اللعب بتجنب كل ما يتعارض مع تلك القوانين.

فالرياضات الجماعية تقوم على قوانين معترف بها، يتحتم على الفرد الممارس لهذه الرياضات مراعاة هذه القوانين، لأن الخروج منها يعني التعرض للجزاء، ومن ثم تعتبر الرياضات الجماعية مجال لممارسة المبادئ الأساسية في الحياة الديمقراطية، و عندما تشعر الجماعة بأن قوانين و قواعد اللعبة تحتاج إلى تعديل فإننا تعمل على تعديلها بموافقة الجميع الأمر الذي يؤكد على مفهوم الجماعة.

3-3 العلاقات المتبادلة: تتميز الرياضات الجماعية بتلك العلاقات المتواصلة و المتبادلة بين الزملاء في جميع خطوط الفريق، إذ تشكل كل متكامل، مجهود كل الأعضاء، وهذا بدوره ناتج عن التنظيمات و التنسيقات خلال معظم فترات المنافسة.

ويتطلب اللعب الجماعي قواعد معينة لابد من مراعاتها، وما هذا إلا صورة من صور التعاون، فكل عنصر في الفريق يشبه في عدة وجوه جزءا من أجزاء الآلة، فإذا عمل كل جزء من أجزاء الآلة بالطريقة السلمية أمكن تحقيق الهدف، وهذا بعينه يحدث في الألعاب الجماعية، فإذا تعاون كل لاعب مع زملاءه و أدى دوره كعضو في جماعة، وليس كفرد مستقل لتحققت للفريق لأهدافه و ضمن نتيجة طيبة، وإن رغبة الأفراد في اللعب دائما من القوة، بحيث تلزمهم مراعاة القواعد و التخلي عن جزء من حريتهم، و ممارسة اللعب التعاوني حتى يتسنى لهم البقاء كأعضاء في فرقهم.[2]

---

[1]-رسيانخريبط مجيد- **علم النفس** في **التدريب والمسابقات الحديثة** - مديرية دار الكتب للطباعة والنشر، جامعة الموصل، 1988 ، ص 104

[2]- حسن معوض، كمال صالح عيش - **أسس التربية البدنية** - مكتبة الانجلو مصرية ، مصر 1964 ، ص445

و الجماعة الرياضية لا يمكن إلا أن يسودها التعاون حتى تصل إلى الهدف، وكل عضو في الفريق له دور يؤديه، و تتداخل الأدوار في سبيل تحقيق الهدف، كما يسودها مثل و تقاليد تعتبر مثالية و اجتماعية.

3-4 *التنافس:*بالنظر إلى وسائل الرياضات الجماعية، كالكرة و الميدان، وكذا بالنظر للخصم و الدفاع و الهجوم والمرمى، وكل هذه العوامل تعتبر عوامل وكذلك دوافع وحوافز مهمة في إعطاء مدة تنافسية بحتة، إذ يبقى اللاعب خلال فترة المقابلة في حركة مستمرة، و متغيرة لمراقبة تغيرات الخصم، وهذا ما يزيد من بالخصم لكن في الإطار المسموح به، إذ أن لكل رياضة جماعية قوانين محددة.

فالمنافسة أو المقابلة هي تصارع بين فريقين متجانسين من حيث الجنس، السن، العدد، ويتوفى كل فريق هدفه المعين، ويبدي كل منها الحد الأقصى من الفعالية والنشاط والصراع، والإبداع، والذكاء من أجل إحراز الفوز، وتحقيق أحسن النتائج، ويسعى كل فريق إلى فرض إرادته على منافسه، ولذى تتطلب المنافسة من الرياضيين بذل القدر الأعلى من صفاتم البدنية والنفسية، غير أن الصراع الرياضي لا ينشئ ويجرى عفويا، إذ يتم بإمعان التفكير في أعمال الرياضيين والمدربين مسبقا، ويجرى تخطيطها وإعدادها - المقابلة- مع مراعاة جوانب القوة والضعف عند المنافسين، والإمكانات المتوفرة لدى الفريق، وتعتبر كل مباراة منافسة جديدة، فهي تتغير حسب ظروف ومكان وموعد إجراءها، كما تتغير حسب الفريق الخصم، صفاته ومدى تحضيره البدني والنفسي، ومدى تعارف كلاهما.

5-3 الحرية:مقارنة بالرياضات الفردية فإن اللاعب في الرياضات الجماعية، ورغم ارتباطه بزملائه، وبالهدف الجماعي الذي يسطره الفريق، إلا أنه يملك حرية أكبر في اللعب الفردي والإبداع في الأداء المهاري، وهذا مرتبط طبعا بإمكانيات وقدرات كل لاعب، إذ أنه ليس مقيد بأداء تقني ثابت كما هو الحال في أغلب الرياضات الفردية، بل يملك الحرية في الفاعلية، والتصرف حسب الوضعية التي يكون فيها، ولعل هذا ما يكسب الرياضات الجماعية طابعا تشويقيا ممتعا.

4- أنواع الرياضات الجماعية:

1-4 كرة القدم: كرة القدم من أكثر الرياضات الجماعية انتشارا في العالم و أقدمها شهرة. كان أول ظهور لها في بريطانيا في منتصف القرن الماضي، كما اشتهرت في إنجلترا و الجزر المحيطة بها، كما ساهم في انتشارها خارج هذه المناطق الطلبة الأجانب الذين كانوا يقطنون ببريطانيا، في البداية كانت كرة القدم تمارس بدون قوانين تتحكم فيها، إلا أن هذه الوضعية لم تدم طويلا، بحيث شرعت القوانين الأولى للعبة سنة 1861 وسميت بقواعد " كامبردج " ، و ما مرت إلا سنين حتى جري عليها تعديلا (سنة 1863)، تلتها تعديلات أخرى سميت بقواعد "شيفيلد" 1877 وضعتقوانين تنظيمية"للندن" و "شيفيلد".[1]

و في الجزائر تعد هذه الرياضة من بين أولى الرياضات التي ظهرت، و التي اكتسبت شعبية كبيرة، وهذا بالنظر لعدد المنخرطين فيها و متتبعيها.

---

[1]- **المذكرة الرياضية**- مجلة صدرت عن المركز الوطني للإعلام والتوثيق الرياضي، بدون سنة ص 5-6

وهي رياضة يتبارى فيها فريقان في ملعب ذي أرضية معشوشبة (عشب طبيعي أو اصطناعي) على جانبيه مرميان ، وهدف كل فريق في كرة القدم هو تسديد الكرة داخل المرمى الخاص بالفريق الخصم، و ذلك باستخدام، القدم أو الرأس أو بأي جزء من الجسم عدى اليد والذراع، حيث لا يسمح باستخدام اليدين إلا لحارس المرمى، وتحتسب الإصابة عندما تتعدى الكرة كلها خط المرمى بين القائمين وتحت العارضة، وبشرط ألا تكون رميت أو حملت، أو دفعت بيد أو ذراع لاعب من الفريق المهاجم، وألا يكون متسللا،وعقب كل إصابة للمرمى يقوم الفريق الذي أصيب مرماه بعملية الإرسال، في النهاية الفريق الذي يحرز أكبر عدد من الأهداف يفوز بالمباراة[1].

تلعب مباراة كرة القدم بين فريقين، يضم كل فريق 11 لاعب، و القانون الجديد يقضي وجود ما بين5و 11 لاعب احتياطيا، تلعب هذه الرياضة بكرة مستديرة الشكل مصنوعة من الجلد، و تدوم المباراة90 دقيقة ب 45 دقيقة لكل شوط، يتخللها وقت راحة ب 15 دقيقة.[2]

كرة القدم تلعب على مستوى احترافي في كل أنحاء العالم، و الآلاف من عشاقها يذهبون إلى الملاعب لتشجيع فرقهم المفضلة، بينما الملايين من الناس يشاهدون هذه الرياضة على التلفاز. عدد كبير جدا من الناس أيضا يمارسون رياضة كرة القدم بمستويات أقل احترافا. يذكر أن المباراة النهائية لكأس العالم لكرة القدم 2002 شاهدها أكثر من مليار و ثمان مائة مليون شخص حول العالم، وهو ما يقارب نسبة 28% من سكان الكرة الأرضية.

يحكم كرة القدم الاتحاد الدولي لكرة القدم-الفيفا- و الذي يقوم بتنظيم هذه اللعبة وقوانينها حول العالم. وفقاً للإحصائيات التي أعلنتها الفيفاFIFA في ربيع عام 2001، فأن أكثر من 240 مليون شخص يلعبون كرة القدم بانتظام في أكثر من 200 بلدة في كل أنحاء العالم.

4-1-1 مدة المباراة القياسية: كل فترة لعب في كرة القدم يشرع معها ضربة البداية، والتي تبدأ بركل الكرة من مركز الملعب بواسطة أحد الفريقين، و الفريق الذي لا يبدأ بلمسة البداية للكرة يجب عليه أن يبقى خارج الدائرة التي في وسط الملعب، حتى يتم لمس الكرة و تحريكها من قبل لاعبين من الفريق الأول حينها يمكنهم التحرك، و أما الفريق الذي يبدأ بلمس الكرة يجب على لاعبيه أن يتواجدوا داخل الدائرة.

و الفترة التي ما بعد لمس الكرة للمرة الأولى وحتى نهاية تلك الفترة، الكرة تكون في حالة لعب في جميع الأوقات و ذلك حتى ينتهي وقت المباراة، و يتم إيقاف اللعب بالكرة بشكل مؤقت في عدة حالات أهمها عندما تخرج الكرة عن حدود الملعب، و هناك ثمانية مواقف تمثل استئناف اللعب بالكرة، و أن من يعمل على إيقاف اللعب بالكرة بشكل مؤقت هو الحكم مستخدما صفارته، وتتمثل هذه المواقف في ما يلي:

1- ركلة البداية:و تكون ركلة البداية في بداية المباراة، و تكون من منتصف الملعب.

---

[1]-كمال الدين زكي، محمد عادل حطاب - **التربية الرياضية للخدمة الاجتماعية**- دار النهضة العربية، القاهرة 1960 ص 221

[2]-المذكرة الرياضية، مرجع سابق ص 6

2-رمية التماس:عندما تجتاز الكرة خطوط اللمس (الخطوط الجانبية من الملعب وليست التي بمحاذاة المرمى).
3- ركلة مرمى:عندما تجتاز الكرة خط المرمى طبعا دون أن تدخل في المرمى.
4- ركلة زاوية:عندما تجتاز الكرة بكاملها خط المرمى بدون إحراز هدف أو يكون المدافع قد لمسها.
5- *ركلة حرة غير مباشرة:* تمنح للفريق الخصم بعد ارتكاب الفريق الآخر أخطاء غير جزائية ، تعديات تقنية.
6- ركلة حرة مباشرة:تمنح للفريق الذي يعرقله أحد لاعبي الفريق الآخر بطريقة غير قانونية.
7- كرة ساقطة:يحدث ذلك عندما يعلن الحكم إيقاف اللعب لأي سبب مثل إصابة خطرة للاعب ما.

4-1-2 الأخطاء و سوء التصرف:

البطاقة الحمراء و البطاقة الصفراء:الخطأ يحدث عندما يقوم اللاعب بارتكاب مخالفة معينة تم سردها في قوانين اللعبة و ذلك عندما تكون الكرة في حالة لعب، و يتم معاقبة اللاعب الذي قام بذلك، و العقوبة هي منح الفريق الذي تم عرقلة لاعب منه ركلة حرة مباشرة أو ركلة جزاء و يعتمد ذلك على مكان عرقلة اللاعب إن كان داخل أو خارج صندوق حارس المرمى. المخالفات الأخرى يمنح فيها للفريق الأول ركلة حرة غير مباشرة. الأخطاء قد تحدث في أي وقت، و يمكن أن يتم ارتكابا من كلا اللاعبين و البدلاء. أما المخالفات التي تشكل سوء تصرف و المدرجة ضمن قائمة المخالفات، فالتعاريف كثيرة، فهي سلوك غير رياضي قد تعمل على انتهاك روح الرياضة، و حتى لو لم تكن مسرودة كمخالفات محددة. سوء التصرف قد ينتج عنه إعطاء اللاعب المخالف بطاقة صفراء (إنذار) أو بطاقة حمراء (طرد من المباراة)، و إن حصل اللاعب على بطاقة صفراء في المرة الأولى و ارتكب خطأ مرة أخرى فسوف يحصل على بطاقة حمراء في المرة القادمة لا محال.

4-1-3 المنافسات الدولية:

- ***العالم*** : كأس العالم - كأس العالم للأندية - كأس القارات
- ***أوروبا*** : كأس الأمم الأوروبية - دوري أبطال أوروبا.
- ***أمريكا الجنوبية*** : كوبا أمريكا - كوبا ليبرتادوريس.
- ***أفريقيا*** : كأس الأمم الأفريقية - دوري أبطال أفريقيا - كأس الاتحاد الأفريقي.
- ***آسيا*** : كأس آسيا - دوري أبطال آسيا - كأس الاتحاد الآسيوي.
- ***أمريكا الوسطى و الشمالية والكاريبي*** :الكأس الذهبية-دوري أبطال أمريكا الشمالية والوسطى.

4-2 كرة اليد: تعتبر كرة اليد لعبة حديثة بالنسبة للألعاب الكبيرة الأخرى التي ظهرت في النصف الثاني من القرن التاسع عشرة، فقد خرجت كرة اليد إلى الوجود خلال الحرب العالمية الأولى، ولم تمضي وقتا كبيرا حتى احتلت مكانتها بين الألعاب الرياضية الأخرى [1]

[1]-حسين عبد الجواد - **كرة اليد**- دار العلم للملايين، بيروت 1982 ص 05

وفي الجزائر فقد أخرت الأوضاع الاستعمارية ظهورها إلى ما بعد الاستقلال، حيث نشأت الاتحادية الجزائرية لكرة اليد سنة1963 بانضمام حوالي 500 لاعب منخرط، مقسمين على ثلاثة رابطات، أما اليوم فقد اتسع العدد ليصل في 1996 إلى21000 منخرط ضمن 33 رابطة مقسمة على ستة مناطق[1].

وقد كانت لعبة كرة اليد في السابق تلعب ب 11لاعب، فوق أرضية ملعب كرة القدم من 1938 إلى1959، وبعد هذه الفترة تغيرت هذه اللعبة وتطورت من حيث تقنيات وطرق ممارستها، وصارت تمارس داخل القاعة بين فريقين يضم كل منهما 07 لاعبين، ولكل فريق لاعبوه الاحتياطيين، يتم استبدالهم وقت ما شاء المدرب، كما حدد التقنيون وخبيروا اللعبة القوانين التي تتحكم فيها، سواء التي تتعلق بمحيط اللعب أو اللعبة في حد ذاتا، وأصبح ملعب كرة اليد محدد حسب المقاييس، والتي تنطبق وطبيعة ومميزات لاعب كرة اليد، فطول الملعب يبلغ40 م وعرضه نصفه أي20م، تدوم المقابلة ساعة كاملة مقسمة إلى شوطين ب30د لكل شوط منهما، كما تستعمل تقنيات الرمي والقذف والمراوغة، إضافة إلى اختراع عدة طرق فنية وتكتيكية تسير وفقها اللعبة.[2]

1-2-4 قواعد اللعبة:

تقام مباراة كرة اليد على ملعب طوله 40 متر، وعرضه 20 متر (40 × 20 متر)، ويقع المرمى في المنتصف، ويوجد في الملعب مرميان يحاط كل منهما بمساحة شبه دائرية تقريبًا تعرف بمنطقة المرمى، والتي تتحدد بخط يبعد بمسافة 6 أمتار عن المرمى. كما يوجد خط شبه دائري على هيئة نقاط يبعد عن المرمى بمسافة 9 أمتار، ويعرف هذا الخط بـ "خط الرمية الحرة". وكلخط في الملعب يعد جزءًا من المساحة المحيط با. وهذا يعني أن خط المنتصف يعد جزءًا من نصفي الملعب.

1-1-2-4 اللاعبون والبدلاء والإداريون:

يتألف كل فريق لكرة اليد من 7 لاعبين أساسيين و7 لاعبين احتياطيين - على الأكثر - يجلسون على مقاعد الاحتياط. ويعين من كل فريق لاعب لحراسة المرمى، يرتدي زيًا مختلفًا عن بقية لاعبي الفريق، وليس هناك عدد معين لتبديل اللاعبين، كما أن عملية التبديل تحدث في أي وقت على مدار وقت المباراة. وينبغي أن يحدث الاستبدال على خط التبديل المخصص لذلك، ولا يتحتم إخطار الحكم بذلك.

يسمح للاعبي كرة اليد بلمس الكرة بأي جزء من أجسامهم بدايةً من الركبة وحتى الرأس، وكما هو الحال في الرياضات الجماعية الأخرى، فإن هناك فرقًا بين مسك الكرة وتنطيط الكرة. فاللاعب المستحوذ على الكرة يمكن أن يثبت في مكانه لمدة 3 ثوانٍ فقط، ولا يحق له أن يمشي بالكرة أكثر من 3 خطوات. وبالتالي يتعين عليه تصويب الكرة ناحية المرمى أو تمريرها للاعب آخر أو تنطيطها، وإذا مشى اللاعب بالكرة أكثر من 3 خطوات، فيكون بذلك قد خالف قواعد اللعب مما يؤدي إلى فقدان حقه في الاحتفاظ بالكرة، ويسمح للاعب بتنطيط الكرة أكثر من مرة حسبما يشاء (على الرغم من أن تمرير الكرة يعد أسرع طريقة للهجوم) طالما أن

[1]-حسين عبد الجواد – مرجع سابق ص 06

[2]- المذكرة الرياضية- مرجع سابق ص 7 - 8

يده تلمس الجزء العلوي من الكرة فقط في أثناء تنطيطها. ولذا فإنه غير مسموح لأي لاعب حمل الكرة عند تمريرها كما هو الحال في كرة السلة، لأنه ينتج عن ذلك فقدان حقه في الاحتفاظ بالكرة، وبعد انتهاء اللاعب من تنطيط الكرة فمن حقه الاحتفاظ بالكرة لمدة 3 ثوانٍ أخرى أو المشي بها للأمام بمقدار 3 خطوات. وعلى اللاعب بعد ذلك تمرير الكرة أو تصويبها نحو الهدف، لأنه إذا استمر في مسك الكرة أو تنطيطها، يحق للخصم خطف الكرة من يده نتيجة لقيام اللاعب بتنطيط مزدوج للكرة، ويحق للخصم الحصول على رمية حرة. كما قد يتسبب لاعبو الهجوم في العديد من المخالفات لقواعد اللعب والتي يترتب عليها حق الخصم في خطف الكرة، مثل ارتكاب خطأ شخصي أو عمل حاجز غير قانوني لمنع الخصم من اللعب، أو حمل الكرة في المنطقة التي تبعد عن المرمى بمسافة 6 أمتار.

4-2-1-2 زمن المباراة:تتألف مباراة كرة اليد من شوطين مدة كل منهما 30 دقيقةً، وذلك بالنسبة لجميع الفرق من سن السادسة عشرة وما فوق، مع وجود استراحة بين الشوطين لمدة 10 دقائق. ويحق منح وقت مستقطع لكل فريق بناءً على طلبه لمدة 1 دقيقة في كل شوط من وقت اللعب الاعتيادي، وهذا الحق لا يعطى إلا للفريق المستحوذ على الكرة.

4-2-1-3 الحكام: يقود مباراة كرة اليد اثنان من الحكام، وبعض الهيئات القومية تسمح بإقامة المباراة في وجود حكم واحد فقط في حالات خاصة، كأن يصاب الحكم الثاني بمرض يمنعه من المشاركة في المباراة قبل بدء المباراة بوقت قصير. وفي حالة ما إذا اختلف الحكمان في أية مسألة تتعلق بالمباراة، فيتم التوصل فيما بينهما إلى قرار بعد أخذ وقت مستقطع لفترة قصيرة. ولقد حدد الاتحاد الدولي لكرة اليد 18 إشارةً يدويةً حتى يكون هناك اتصال مرئي بين اللاعبين والحكام على أرض الملعب، ويخرج الحكم البطاقة الصفراء لينذر اللاعب الذي ارتكب مخالفةً يمكن التسامح عنها، بينما يخرج البطاقة الحمراء لطرد اللاعب الذي ارتكب خطأً جسيمًا يستحيل معه أن يستأنف المباراة. وإلي جانب حكمي المباراة، هناك أيضًا مسجل الأهداف والميقاتي، وهما يختصان بالقيام ببعض المهام الرسمية مثل إفساح الطريق المؤدي للمرمى حتى يتمكن اللاعبون من إحراز الأهداف، وإيقاف المباراة لفترة أو بدئها والإعلان عن انتهاء الوقت على الترتيب. وعليهما أيضًا مراقبة المقاعد التي يجلس عليها لاعبو الاحتياط، حتى يتسنى لهما إخطار حكمي المباراة بأي أخطاء تحدث أثناء استبدال اللاعبين، ويجلسان بين منطقتي تبديل اللاعبين.

4-2-1-4 أنواع الرميات:قد يمنح حكما المباراة رمية خاصة لأي الفريقين، وهذا عادةً ما يحدث في حالات معينة، مثل إحراز هدف وخروج الكرة خارج حدود الملعب، وخطف الكرة. وعقب انتهاء الوقت المستقطع وما إلى ذلك. وفي جميع هذه الرميات ينبغي لرامي الكرة أن يتخذ موقعًا معينًا على أرض الملعب، كما ينبغي أيضًالباقي اللاعبين اتخاذ مواقع معينة، وفي بعض الأحيان لا يقوم اللاعب بتنفيذ الرمية إلا بعد سماع صفارة الحكم.

أ_ رمية البداية:وتحدث هذه الرمية في بداية كل شوط، وعقب قيام الفريق المنافس بإحراز هدف يقوم اللاعب برمي الكرة من منتصف الملعب. ولا بد أن يمرر الحكم الكرة للاعب الذي سيقوم بذه الرمية، ولا بد

أن يلمس خط المنتصف بقدم واحدة، وعلى باقي اللاعبين التواجد في نصف الملعب الخاص بفريقهم، وعلى لاعبي الدفاع الابتعاد عن رامي الكرة بمسافة لا تقل عن 3 أمتار.

ولقد تم إدخال مفهوم "رمية البداية السريعة" في كرة اليد الحديثة، وهي تعني أن المباراة تستأنف في الحال عندما يقوم الحكم برمي الكرة للاعب الفريق الذي انطبقت عليه الشروط، وأصبح من حقه تنفيذ هذه الرمية. وجدير بالذكر أن معظم الفرق تحاول الاستفادة من هذه القاعدة حتى يتسنى لها إحراز الأهداف بسهولة، ودون عناء قبل أن يحصل الخصم على الوقت الكافي لتشكيل خط دفاع ثابت عقب نجاحه في إحراز عدد لا بأس به من الأهداف.

ب_ رمية التماس: تكون هذه الرمية عند خروج الكرة عن الخط الجانبي، أو عند ملامستها لسقف الملعب، وإذا خرجت الكرة عن خط المرمى الخارجي لا تمنح رمية التماس إلا إذا كان لاعبو الدفاع هم آخر من لمس الكرة، وينبغي للاعب قبل تنفيذ رمية التماس أن يضع قدمه على أقرب خط خارجي خرجت منه الكرة.

ج_ رمية المرمى: تكون هذه الرمية عندما تتجاوز الكرة خط المرمى الخارجي، وكان آخر من لمسها مهاجم أو حارس المرمى المدافع، وهذه الرمية هي أشهر الرميات التي تعطي للخصم الحق في خطف الكرة، ويقوم حارس المرمى برميها من داخل منطقة المرمى.

د_ الرمية الحرة: تحتسب الرمية الحرة في حالة دخول الملعب أو الخروج منه بطريقة مخالفة للقانون، أو أداء رمية التماس بطريقة غير قانونية، أو حدوث مخالفات من قبل اللاعبين داخل الملعب، أو تعمد جعل الكرة خارج الملعب.

وتؤخذ الرمية الحرة مباشرةً من مكان المخالفة على ألا يكون أحد المهاجمين ملامسًا أو متجاوزًا لخط الرمية الحرة الخاص بالخصم، وإذا حدث ذلك، يتم أخذ الرمية الحرة من أقرب نقطة لخط الرمية الحرة، والرميات الحرة في كرة اليد تشبه الضربات الحرة في كرة القدم، رمية على ُبعد 7 متر من المرمى.

ه_ رمية الجزاء: تحتسب رمية الجزاء عندما يقوم أحد لاعبي الدفاع أو الإداريين، أو المتفرجين بتفويت فرصة حقيقة للفريق الآخر في تسجيل هدف بشكل غير قانوني، وهي تتم على مسافة 7 أمتار من المرمى. كما تحتسب هذه الرمية في حالة ما إذا تسبب أحد الحكمين في اعتراض فرصة قانونية لإحراز هدف لسبب أو لآخر، ويتقدم الرامي خطوة للأمام مع وضع أحد قدميه على الخط الذي يبعد عن المرمى بمسافة 7 أمتار، ولا يوجد بينه وبين المرمى سوى حارس مرمى الخصم، وينبغي أن يبعد حارس المرمى عن رامي الكرة بمسافة 3 أمتار يتم تحديدها بعلامة صغيرة على أرض الملعب، وعلى بقية اللاعبين البقاء خلف خط الرمية الحرة إلى أن يتم تنفيذ الرمية، ويبدأ اللاعب في رمي الكرة فور سماع صفارة الحكم، وهذه الرمية شبيهة بضربة الجزاء في كرة القدم، ولكنها في الوقت نفسه أكثر شيوعًا وانتشارًا، وعادةً ما تحدث عدة مرات في اللعبة الواحدة.

4-2-1-5 الجزاءات: توقع جزاءات على اللاعبين في حالة ارتكابهم مخالفات تستلزم العقاب، وليس مجرد رمية حرة، وتوقع هذه الجزاءات في حالة ارتكاب خطأ جسيم ضد أحد لاعبي الفريق المنافس (على سبيل المثال، الإمساك بأحد اللاعبين أو دفعه أو الاصطدام به، أو طرحه أرضًا أو القفز عليه)، بالإضافة إلى لمس

اللاعب من الجنب أو من الخلف. فجميع هذه التصرفات تعد مخالفةً لقواعد اللعب ويتعرض مرتكبها للجزاء. كما أن أية مخالفة لقواعد اللعب من شأنا أن تتسبب في منع فرصة أكيدة في إحراز هدف سيقابلها منح رمية جزاء للفريق الآخر،وفي حالة إذا ما صدر عن لاعب سلوك غير قانوني على أرض الملعب، فسيجازيه الحكم بإخراج البطاقة الصفراء إنذارًا له. أما إذا كان الخطأ جسيمًا، ففي هذه الحالة يقوم الحكم بإيقافه عن اللعب في الحال لمدة دقيقتينبدلاً من إنذاره. في الظروف العادية، لا يتم حرمان اللاعب من اللعب لمدة دقيقتين إلا بعد حصوله على إنذارين.وإذا تم إيقاف لاعب 3 مرات عن اللعب لمدة دقيقتين في كل مرة، فسيخرج له الحكم في المرة الرابعة بطاقة حمراء إذا صدر عنه سلوك مخالف لقواعد اللعب فالبطاقة الحمراء معناها طرد اللاعب من الملعب وإيقاف فريقه عن اللعب لمدة دقيقتين. وقد يحصل اللاعب في بعض الحالات على بطاقة حمراء في الحال، وذلك في حالات الجزاءات الصارمة والقاسية. على سبيل المثال، إذا قام لاعب بمسك أحد لاعبي الخصم من الخلف لمنعه من تسجيل هدف أثناء هجومه بسرعة باتجاه المرمى، فهذا السلوك يندرج ضمن المخالفات التي ينال اللاعب على ارتكابا بطاقة حمراء، وعلى اللاعب الذي حصل على بطاقة حمراء الخروج من الملعب بالكامل، كما أنه يمكن استبداله بلاعب آخر عقب مضي دقيقتين، مدة الإيقاف عن اللعب، والجزاءات لا توقع فقط على اللاعب، بل يمكن أيضًا معاقبة المدرب/الإداري إذا صدر منه سلوك غير قانوني، ويعتبر استبعاد اللاعب أشد جزاء يندرج ضمن قواعد كرة اليد. وإذا فقد اللاعب الكرة أثناء الهجوم، فعليه في الحال قذف الكرة بسرعة وإلا سيتم إيقافه عن اللعب لمدة دقيقتين.

4-2-2 الهيئات الدولية:

يعد الاتحاد الدولي لكرة اليد الهيئة الإدارية والمنظمة لرياضة كرة اليد على مستوى العالم، والاتحاد الدولي مسئول عن تنظيم بطولات عالمية مختلفة للرجال وللسيدات، وفي سنوات متبادلة، وتقام مباريات الدور النهائي في واحدة من الدول الأعضاء بالاتحاد.يتألف الاتحاد الدولي لكرة اليد من خمس اتحادات قارية مهمتها تنظيم بطولات القارات التي تعقد بصفة دورية كل عامين، وبالإضافة إلى هذه المسابقات التي تتنافس فيها المنتخبات القومية، يقوم الاتحاد بتنظيم مباريات دولية بين الأندية.

4-3 كرة السلة:

تعتبر كرة السلة من الألعاب الجماعية الأكثر شعبية في العالم بعد كرة القدم، وهي على الرغم من أنا ليست لعبة رياضيه قديمة إلا أنا نالت شعبيه كبيرة، وذلك لأن مهارتا جذابة، ولكون هدفها متميز عن سائر الأهداف في الرياضات الجماعية الأخرى،فهو عبارة عن حلقة متصلة بشبكة تشبه السلة.و صمم الملعب الخاص با صغير نسبيا مما يجعل الأهداف التي تسجل في المباراة ممتعه سواء في الممارسة أو حتى في المشاهدة، وهي كثيرا ماتتعدى 100 هدف.

ورياضة كرة السلة هي لعبة تجري بين فريقين، يسعى كل فريق لإدخال الكرة في سلة مرتفعة عنارض الملعب،وفي كل جهة من الملعب سلة لفريق يركض أعضاء الفريق لإدخال الكرة في السلة لتسجيل نقطة تفوق.

وقد اشتهرت الولايات المتحدة الأمريكية بممارسة سكانها لرياضة كرة السلة، بحيث وجدت جذورها هناك، وكان الدكتور "ناي سميث Naismith" وراء اكتشافها عام1891، ثم تطورت ووضعت لها قوانين تسير وفقها، وقد عرفت هذه الرياضة شعبية كبيرة، إذ وصل عدد ممارسيها إلى 100مليون لاعب، ضمن 150دولة منخرطة في الاتحاد الدولي لكرة السلة [1].

في الجزائر بدأت تمارس هذه الرياضة أيام الاستعمار الفرنسي، وعرفت إنشاء أندية متفرقة سنة1932، وقد تأخر ميلاد الاتحادية الجزائرية لكرة السلة إلى غاية تحقيق الاستقلال عام 1962، حيث أقبل عدد كبير من الممارسين على هذه الرياضة، وأنشأت مدارس عديدة لتعليم هذه اللعبة، وتجرى مباراة كرة السلة داخل القاعة أو على الهواء الطلق، وتجمع المقابلة بين فريقين يضم كل واحد منهما خمسة لاعبين(5)، ويمكن استبدالهم في أية لحظة. و تدور المقابلة في شوطين ب20دقيقة لكل شوط، تجرى المباريات باستعمال كرة يتراوح وزنا بين 600و650غ، وقطرها ما بين 75 و 78 سم، ويسمى الهدف في كرة السلة " بالسلة" وتساوي نقطتين، أما إذا سجلت الرمية على بعد 6-25م يصبح تنقيط السلة 3 نقاط، وهذا حسب القوانين الرسمية المعمول با عالميا، من بين هذه الأخيرة :

- يطلب من لاعب كرة السلة عدم المشي بالكرة إلا في حالة تسديدها نحو السلة.
- يعاقب اللاعب عند قيامه بخمسة أخطاء فردية بإقصائه, عندها يستبدل بلاعب آخر.
- لا يمكن للفريق الذي يكون في حالة الهجوم الرجوع بالكرة إلى منطقته.
- يستفيد كلا الفريقين من وقت مستقطع خلال المقابلة.[1]
- لا يسمح للاعب المشي بالكرة (عندما يقوم اللاعب بخطوتان و هو حامل للكرة بكلتا اليدين) .
- لا يحق للاعب الرجوع إلى المنطقة (يحتسب الخطأ في حالة الهجوم و تخطي خط وسط الميدان ثم العودة إلى المنطقة الدفاعية)
-خمس ثواني: و هي المدة التي تمنح للاعب لما يكون في حالة تنفيذ لرمية تماس .
- 24ثانية: و هي المدة المحددة للهجوم، و في حالة تجاوزها تمنح الكرة للخصم .
- 8 ثواني: و هي المدة المحددة للخروج من المنطقة الدفاعية عند استرجاع الكرة .
- و في حالة ما كان اللعب في حالة التنطيط و بعدها مسك الكرة بكلتا اليدين لا يسمح له بإعادة التنطيط و يسمى هذا الخطأ "بدوبلي" .
- و في حالة تلقي اللاعب خمس أخطاء يفصل من اللعبة و يعوض بلاعب آخر.
- يمكن للمدرب إحداث تغيرات، و طلب أوقات مستقطعة في كل أثناء المباراة .

[1]- المذكرة الرياضية - مرجع سابق ، ص 9

1-3-4 تسجيل الأهداف: يحرزا لفريق نقاطا بتسديد أهداف ميدانية ورميات حرة، ويساوي الهدف الميداني -عادة- نقطتين. ويمكن أن يقوم أي لاعب مهاجم بتسجيل هدف ميداني من أي مكان في الملعب أثناء لعب المباراة، وفي بعض قوانين لعبة كرة السلة تمنح الأهداف الميدانية طويلة المدى ثلاث نقاط.

أما الرمية الحرة فتساوي نقطة واحدة، وتؤخذ كعقوبة بعد ارتكاب أخطاء معينة. ويحاول اللاعب تنفيذ الرمية الحرة من خلف خط الرمية الحرة،وفي داخل دائرة الرمية الحرة. ويمنح اللاعب مدة خمس ثوان للتصويب على الهدف بعد أنيسلّمه الحكم الكرة.

2-3-4 **طاقم إدارة المباراة**:يتألف طاقم التحكيم منحكم أول، وحكم أو حكمين، ومسجل أو مسجلين وميقاتي أوميقاتين.الحكم الأول هو المسئول عن المباراة، ويبقى في الملعب كلمن الحكم الأول وحكم آخر، لضمان سير المباراة حسب القوانين، وبإمكان كل حكم من حكمي المباراة أن يحتسب أي خطأ أو مخالفة لقوانين اللعبة يراها في أي مكان من الملعب. ويعمل أحدهما – عادة- بالقُرب من سلة الفريق المهاجم، ويعمل الآخر بالقرب منخط الوسط، ويتبادل الحكمان مركزيهما عندما ينتقل الفريقان إلى الطرف الآخر من الملعب.يعلن الحكام عن الأخطاء المرتكبة من طرف اللاعبين والتي قد تكون أخطاء شخصية أوفنية، والنوع الأكثر شيوعًا من الأخطاء هو الخطأ الشخصي، وتحدث معظم الأخطاء الشخصية عندما ُيمسك اللاعب أو يدفع أو يهجم على منافس، أو يضرب ذراع أو جسم منافس يكون فيحالة تصويب على الهدف، وُيسمح للاعب المُعتدَى عليه وهو في حالة تصويب على الهدف بتنفيذ رميات حرة، ويتوقف عددها على نوع الخطأ الذي ارتكب ضده. ويحتسب الخطأ الفني على أي لاعب أو مدرب يسلك سلوكًا غير رياضي تجاه أي حكم من حكام المباراة.

4-4 الكرة الطائرة:

ظهرت هذه الرياضة إلى الوجود عام 1895 بالولايات المتحدة الأمريكية، فهي رياضة حركية أنشأت لكل الفئات (صغار، كبار)، هي رياضة شعبية تمارس في الهواء الطلق و في القاعة، و حتى على شاطئ البحر. تأسس الاتحاد العالمي لكرة الطائرة (FIVB) عام1947،وأول بطولة عالمية للرجال أقيمت في عام1949، بينما كانت أول بطولة عالمية للسيدات في عام1952.أضيفت الكرة الطائرة إلى الألعاب الأولمبية في عام1964،وكانت منذ ذلك الحين رياضة رئيسية في تلك الدورة، تم إنشاء رياضةالكرة الطائرة الشاطئيةعام1986،والتي تعتبر رياضة مشابة إلى الكرة الطائرة العادية إلى حد كبير رغما لاختلاف في عدد اللاعبين. أضيفت الكرة الطائرة الشاطئية إلى برنامج الألعاب الأولمبية الصيفية في عام1996فيأطلنطا. وفي الجزائر بدأت تمارس هذه الرياضة في فترة الحرب العالمية الثانية، ولم تمارس بصورة رسمية إلا عام 1936، تاريخ إنشاء فيدرالية شمال إفريقيا للكرة الطائرة، ولم تبرز إلى الوجود إلا بإنشاء رابطة الجزائر العاصمة، وبعد

الاستقلال تأسست الاتحادية الجزائرية للكرة الطائرة التي عملت على توسيع وترقية الممارسة على الصعيد الوطني والإفريقي و المغاربي و العربي.[1]

الكرة الطائرة تجمع بين فريقين كل فريق يضم 06 لاعبين أو لاعبات، بوجود (06 لاعبين في الاحتياط)، تجري المقابلة خلال 03 إلى 05أشواط، يجب الحصول في كل شوط على 25 نقطة. ولرياضة الكرة الطائرة قوانين أساسية يجب التقيد بها، متفق عليها دوليا ومن بينها :

- كل فريق يضم 06 لاعبين موزعين على النحو التالي: 03 في الأمام و 06 في الخلف، متمركزين في منطقتهم،بمعنى يمثلون شكل عقارب الساعة.

- تنطلق المقابلة عندما يكون اللاعب في الجهة اليمنى من خط العمق (ligne de fond)، من أجل تنفيذ أول إرسال للفريق الذي بحوزته الكرة و بالتالي بدء المباراة.

- على كل فريق أن لا يتجاوز03 تمريرات للكرة داخل منطقته.

- يتحصل الفريق على الإرسال إذ ارتكب الفريق الخصم خطأ.

- الفريق الذي بحوزته 25 نقطة، أي الشوط، أن يكون فرق نقطتين للفريق الخصم.

- وفيما يخص الملعب الذي تمارس عليه المقابلة، هو على شكل مستطيل طوله 18 متر و عرضه 09 م، محاط بمنطقة تدعى المنطقة الحرة بعرض يساوي 03م. و يجزأ الملعب إلى جزأين بواسطة خط الوسط، تعلوه شبكة عرضها 1م،تكون مشدودة من الطرفين بأعمدة، إذ يصل ارتفاع الشبكة عن خط الوسط بالنسبة لصنف الذكور 2.43م، أما صنف الفتيات 2.44م، وذلك حسب الفئات (أواسط، أكابر، أشبال وصغار). ولكلا المنطقتين خطان: خطي الهجوم والدفاع، وتستعمل الكرة الطائرة تقنيات الإرسال، الاستقبال التمريرات، السحق، الاسترجاع وجدار الصد[2].

5- النشاط الرياضي المدرسي والتربية البدنية:

5-1محتوى برنامج التربية البدنية و الرياضية المدرسي:

5-1-1 درس التربية البدنية و الرياضية:يعد هذا الأخير بمثابة القاعدة الأساسية لتحقيق الأهداف، ومن ثم تحقيق حركة رياضية منظمة متطورة في انجازاتا العالية. ويطبق في الدرس مفردات مناهج التربية البدنية و الرياضية المقررة لأطوار المراحل الدراسية خلال الحصص الأسبوعية المقررة لهذه الدروس، فالعناية بالدرس اليومي تشكل الخطوة الأولى المهمة التي بوساطتها نجني الفوائد المرجوة من المنهاج المقرر. يحتوي الدرس على مجموعة من التمارين والفعاليات، والمهارات الحركية المختلفة طبقا لمراحل النمو، وتتماشى مع رغبات التلاميذ وميولهم، والفروق الفردية، والاختلافات الجنسية مع اختلاف الخطة من مرحلة إلى أخرى، ويهدف درس التربية البدنية و الرياضية فضلاً عن الناحية البدنية إلى إظهار أهمية الأهداف التربوية.

---

[1]- المذكرة الرياضية - مرجع سابق ، سنة ص 10

[2]-المذكرة الرياضية –مرجع سابق ص 11

يشترك في الدرس ما يقارب (95 %) من التلاميذ المتمدرسين، ويهدف هذا البرنامج إلى خدمة كل تلميذ في المؤسسة عن طريق النشاط الحركي، لذا توضع أوجه النشاط بحيث يتمكن كل تلميذ من أداء الأنشطة بغير صعوبة كبيرة أو عناء[1].

5-1-2 النشاط الرياضي الداخلي: هو البرنامج الذي تديره المدرسة خارج المنهاج المدرسي لكل من تضمهم المدرسة عند وضع برنامج النشاط الداخلي يجب أن يكون جزءا كبيرا منه امتداد لبرنامج التربية البدنية و الرياضية الذي يدرس في الحصص، وبذه الطريقة يصبح البرنامجان متكاملين، ويصبح البرنامج المدرسي بمثابة القاعدة التي يبنى النشاط الداخلي عليها، فيتعلم التلميذ المهارات الأولية الأساسية في دروس التربية البدنية و الرياضية، ثم يوالي ممارستها في النشاط الداخلي، فيرتقي بذلك مستوى درس التربية البدنية و الرياضية بالثانوية، ويتكامل البرنامج المدرسي وبرنامج النشاط.

5-1-2-1 أهمية النشاط الداخلي: يعد النشاط الداخلي نشاطا تربويا خارج الجدول المدرسي، والغرض الأساس منه إتاحة الفرصة لكل من في المدرسة للاشتراك في ناحية أو أكثر من نواحي النشاط الرياضي، وهو تكملة لمنهاج التربية البدنية و الرياضية في الثانوية، ويعد حقلا لتنمية المهارات التي يتعلمها التلاميذ في درس التربية البدنية و الرياضية، وهو بذا كله يعمل على تحقيق الأغراض التربوية للتربية البدنية و الرياضية بطريقة أعم وأشمل.كماأن النشاط الداخلي يعد من أفضل الميادين التي يمكن أن يطبق فيها مبدأ التعلم عن طريق الممارسة، فالتلميذ يتعلم بضعة مهارات أولية أساسية في درس التربية البدنية و الرياضية، ولا يجد الفرصة الكافية لممارستها ممارسة فعالة في الدرس نفسه، ولكنه يستطيع أن يفعل ذلك في برنامج النشاط الداخلي.ويتصف هذا النشاط بأنه شامل ومتنوع، ويكون الاشتراك فيه حسب رغبة المشترك وميوله.

5-1-2-2 محتوى برنامج النشاط الداخلي الرياضي :

- الدورات الرياضية التي تقام في المؤسسة.
- استعراضات رياضية.
- احتفالات رياضية.

5-1-3 النشاط الرياضي الخارجي: هو ذلك النشاط الذي يعد جزءا متكاملا من البرنامج العام الشامل للتربية الرياضية، إلا انه يخص الممتازين في الأداء الرياضي. تجري مباريات هذا النشاط على وفق قواعد وشروط متفق عليها لغرض معرفة الفائز من بين المشتركين.

5-1-3-1 أغراض النشاط الخارجي: إن تعلم المهارات وفن أداء أية رياضة من الرياضات لا يقابل بالرضا من اللاعبين إذا لم توجد الفرصة لاستخدام هذه المهارات، وهذا الأداء في منافسة ذات معنى، وفي برنامج النشاط الخارجي مجال واسع لتحقيق هذه الفلسفة التربوية. إن النشاط الخارجي تحت القيادة الرشيدة يعد

[1]- شلتوت حسنمعوض - **التنظيم والادارة في التربية الرياضية** - دار المعارف بمصر ، 1982،ص 128

إمكانية تربوية ذات أبعاد فائقة لم تستخدم حتى الآن بكفاية.إن الهدف العام الأصلي للنشاط الرياضي الخارجي هو الهدف العام نفسه لكل عملية تربوية ألا وهو تنمية الفرد تنمية سليمة متكاملة ليصبح مواطنا صالحا.

تتلخص أغراض النشاط الرياضي الخارجي فيما يأتي :

- الارتقاء بمستوى الأداء الرياضي، حيث أن المباريات الرياضية هي منافسات بين أفراد أو فرق يحاول كل فرد أن يتفوق على الآخر، لذلك يتم الاستعداد لمقابلة المنافس في الإعداد والتدريب المنتظم الصحيح، وبذلك يرتفع مستوى الأداء ويزيد التمتع بالناحية الفنية والجمالية لهذا الفن.

- معرفة مدى صلاحية الطرائق الفنية ومقارنتها بغيرها من الطرائق واستنباط طرائق جديدة عن طريقة المقابلات الرياضية الخارجية تتضح نواحي القوة والضعف في تدريب الفرق، وفي طرائق الأداء الفردي والجماعي، وفي ضوء هذا الوضوح يمكن تعديل الخطط أو طرائق الأداء في المهارات الأساسية، أو طريقة تدريب الفرق كلها ووضع طريقة أخرى تتلاءم مع مميزات الفرد أو الفريق .

- تعلم قوانين الرياضات و(تكتيك) اللعب. هذا الغرض هو غرض اجتماعي وعقلي، فتفهم القوانين نصا وروحا، ثم دراسة (التكتيك) تتطلب مقدرة عقلية معينة، ثم هي تدريب لهذه المقدرة، أما التطبيق العملي لهذه (التكتيكات) مع الالتزام بما تفرضه القوانين والقواعد يعد ممارسة اجتماعية على احترام القوانين والعمل في حدودها، وعدم الخروج عليها، وطاعة القادة وأولي السلطة.

- اكتساب الصحة البدنية، والعقلية والنفسية، والمحافظة عليها وتنميتها ، حيث يتطلب الاشتراك في النشاط الخارجي أعلى مراتب اللياقة البدنية، وهذا يأتي عن طريق التدريب الصحيح المنظم الذي يحتم على اللاعب الالتزام بقواعد الحياة الصحية فيما يتعلق بالأكل ونوعه، ومواعيده، وكميته، والنوم والراحة، والعمل، كما أن مباريات النشاط الخارجي تدرب اللاعب على كثير من الصفات الاجتماعية المحمودة، وعلى التكيف الاجتماعي السليم. إن المباريات تتطلب أن يعمل الفرد بكل قواه الجسمية، والعقلية والوجدانية، في تكامل واتساق للمحافظة على الصحة العقلية والنفسية والبدنية للفرد . فالمباريات الرياضية بما فيها من انطلاق وتعبير عن النفس تعد متنفسا للعواطف، كما أنا في كثير من الأحيان تكون صمام الأمان لعدم تداعي شخصية الفرد، خاصة إذا كان قد مارس الفشل في بعض نواحي الحياة، فاشتراكه مع الفريق الذي يمثل مدرسته أو مصنعه أو الهيئة التي ينتمي إليها. هذا الاشتراك في حد ذاته فيه اعتراف بذاتيته وامتيازه، وفي هذا الشعور بالنجاح تعويض عن شعوره بالفشل.

- ممارسة الأسلوب الديمقراطي في الحياة ويتضمن:

- احترام حقوق الآخرين واحترام السلطة.

- مراعاة القوانين والقواعد المنظمة.

- عدم التفرقة بين شخص وآخر بسبب اللون أو المركز الاجتماعي، وتقدير الفرد تبعا لمدى مساهمته في العمل أو تعاونه مع الجماعة.

- العمل مع الآخرين لتحقيق هدف جماعي.

- التدريب على القيادة .فلكل فريق رئيس، وتنص قوانين الرياضات الجماعية على أن رئيس الفريق هو الممثل الرسمي للفريق، وهذه مسؤولية قيادية. إن هذا المركز القيادي بما فيه من مسؤوليات وسلطات، يعد تدريب على فن القيادة .

- تنمية النضج الانفعالي والاعتماد على النفس .فالتحكم بالنفس في أثناء اللعب، وتقبل النتائج مهما كانت بدوء، وعدم الانفعال وخاصة حين يرتكب أحد اللاعبين خطأ ضد آخر، أو حين يحاسب لاعب على خطأ يعتقد انه لم يرتكبه تعد هذه علامة من علامات النضج الانفعالي، كذلك ينمي الصفات الخلقية مثل تحمل المسؤولية أو قوة الإرادة وعدم اليأس والإصرار على النصر .

- حسن قضاء وقت الفراغ حيث يعد التنافس الرياضي وما يتطلبه من تدريب، ولقاءات رياضية واجتماعية خير الوسائل لقضاء وقت الفراغ .[1]

5-1-3-2 محتوى برنامج النشاط الخارجي: ويشتمل على:

- النشاط الرياضي المرتبط بوزارة التربية (في إطار الرياضة المدرسية).

-النشاط الرياضي المرتبط بالأندية الرياضية.[2]

مما تقدم يمكننا أن نصل إلى حقيقة مفادها أن أجزاء البرنامج العام للتربية البدنية و الرياضية عبارة عن سلسلة متصلة يساند بعضها البعض الآخر ويقويه، ولعل الاهتمام بالعد الكبير من التلاميذ في درس التربية البدنية و الرياضية سيزيد نسبة عدد المشاركين في النشاط الرياضي الداخلي والخارجي، وبذا يمكننا أن نوصل شبابنا وأملنا المرتقب إلى أن يسلك سلوكا تربويا صحيحا مبني على أسس سليمة، وقواعد ثابتة قوية، ومعتقدات وأفكار راسخة نابعة من عقل متفتح وقلب منير، وبذلك المساهمة وبشكل كبير في تحقيق مستوى عالي من التوافق النفسي الاجتماعي لديهم.

6- مفهوم الفريق الرياضي: يمثل الفريق الرياضي صورة من صور الجماعات المختلفة، وعلى هذا فمفهوم الفريق الرياضي يشير إلى مجموعة أفراد يشتركون في المعايير، والقيم تربطهم علاقات معروفة ومحددة بينهم، هذه العلاقات تؤثر في سلوك كل فرد، وتفاعله داخل الفريق ويدل بناء الفريق الرياضي على أنه مجموعة من المراكز المختلفة، والأدوار التي تحدد طبيعة السلوك الفردي داخل الفريق اتجاه الآخرين، وهذا المركز يفرض بالضرورة على الفرد القيام بدور معين لصالح الجماعة.

وحتى تكتمل الصورة الاجتماعية للوسط الرياضي، فإننا يمكن أن نعتبر النادي Club نموذجا لمجتمع محلي مصغرCommunity، لأنه يتضمن العناصر والمقومات المكونة له وهي: الناس - المكان - التفاعل.

كما يمكن النظر للنادي على أنه يتصف بالثبات النفسي لأعضائه وفرقه وموظفيه، فأعضاء النادي الواحد ينظر بعضهم إلى البعض الآخر على أساس انتمائهم، وعضويتهم المشتركة في نفس المجتمع المحلي الصغير الخاص بهم، ألا وهو النادي الذي يجمعهم فيما يطلق عليه الجماعة الداخلية- Un Group- بينما ينظر إلى عضو أي نادي

[1]- إبراهيم مروان عبد المجيد -**الإدارة والتنظيم** في **التربية الرياضية** -دار الفكر للطباعة والنشر والتوزيع، عمان، 2000، ص272-273

[2]-العاصي نزهان حسين،مازن عبد الرحمان –**طرق التدريس** في **التربية الرياضية**–مديرية دار الكتاب للطباعة والنشر،جامعة الموصل،1987

آخر على أنه عضو في جماعة خارجية- Out Group- والفرق بين جماعة الفريق ومجتمع النادي هو نفسه الفرق بين الجماعة الصغيرة والمجتمع المحلي (كجماعة أكبر) [1]

ولتحقيق الهدف داخل الفريق الرياضي، لابد أن يشعر كل فرد منه بمسئوليته و بالدور الذي كلف به، وهذه النقطة مرتبطة برغبة أعضاء الفريق في القيام بنشاطهم، أو عدم قدرتهم عليه، وتعتبر الفروق في الدوافع والمهارات، والقدرات بين أعضاء الفريق عاملا مهما في تطوير النظام المميز للأدوار التي يقوم بها كل عضو.

فإذا تحدثنا عن اللاعبين، المدرب، المسيرين فإن هذه العلاقات هي التي تجمع بينهم، وتربط أدوارهم ومن ثم فكل مركز من هذه المراكز يشكل جزءا من أجزاء هذا الفريق، فإذا كان مثلا هدف جماعة كرة السلة أن تكتسب مبارة مع غيرها، فيجب دراسة الظروف التي تؤدي إلى بلوغ ذلك الهدف أو تعوقه، أوقد يكون أفراد الفريق بالنسبة للفريق المنافس، قد يكون انعدام روح التعاون بين عضوين في الفريق، قد يكون وضع بعض الأفراد بالنسبة لقدرات كل منهم على الهجوم أو الدفاع، هل بذل الأفراد كل نشاطاتهم أم لا؟ وماهي الظروف التي تأثر على نشاط الجماعة في الملعب أو أثناء التمرين ؟[2]

6-1 القيادة في **الفريق الرياضي:** هناك في الفرد العديد من المواهب الدفينة، تبرز إذا وجدت الفرصة المناسبة، والتلميذ- المراهق- الذي يحضى بهذه الفرصة، قد يكتشف أو يكتسب قدرات جديدة يستطيع بها مواجهة مطالب جماعته. وتعطي الرياضات الجماعية الفرص المثالية لمثل هذا التدريب، والمهم من جهة التربية أن يختار اللاعبون رؤساء فرقهم، ولا يستقل المدربون بحق اختيارهم، إذ في ذلك تدريب للجماعات على الموازنة بين الناس، واختيار أصلح العناصر لقيادتها، ثم طاعة القادة بعد اختيارهم، فيكون اللاعب إما قائدا ماهرا أو تابعا له شخصيته ومكانته تشملهم جميعا روح التعاون والانسجام. [3]

وممارسة القيادة في مجال التربية البدنية والرياضية أمر متوافر بشكل عريض، ذلك لان التنوع الكبير في ألوان النشاط البدني و الرياضي، وفي درس التربية والأنشطة الداخلية والخارجية، حيث يتاح لأغلب الأفراد أن يتعرضوا لخبرة ممارسة القيادة في موقف ما، وأن يتعرضوا لخبرة التبعية في موقف آخر، وفي كل وقت ينتظم فيه الفريق استعداد للمنافسة، يحتاج إلى درجات و أشكال متنوعة من القيادة، وبالطبع يتوقف الأمر على العلاقات المتفاعلة بين الأفراد في الفريق ونوعيتها، ومستواها واتجاهاتها، وأيضا على المواقف المختلفة المتضمنة في النشاط، وفي مواقف القيادة يتحمل الفرد المسؤولية كاملة، لاعن نفسه فقط وإنما عن الآخرين، وعليه أن يعمل على تحقيق أهداف الفريق، وغالبا ما يتعرض لمواقف تحتم عليه أن يتذرع الصبر وإنكار الذات والمثابرة، وإعلاء الصالح العام للفريق، وفي مواقف التبعية نجد أن على الفرد أن يلتزم بمعايير الجمعية للفريق، ويعمل في تعاون مع قيادته مدركا دوره وعلاقته بأدوار الآخرين.

---

[1] -أمين أنور الخولي- **اصول التربية البدنية والرياضية**- مرجع سابق ص: 232

[2] -كمال الدين زكي، محمد عادل حطاب- **التربية الرياضية للخدمة الاجتماعية**- دار النهضة العربية، القاهرة، 1960 ص: 206-207

[3] -كمال الدين زكي، محمد عادل حطاب- نفس المرجع ص 212

7- الخصائص النفسية للمنافسة الرياضية:

لكل نشاط رياضي خصائصه النفسية التي ينفرد ويتميز با عن غيره من أنواع الأنشطة الرياضية الأخرى، سواءً بالنسبة لطبيعة أو مكونات أو محتويات نوع النشاط، أو بالنسبة لطبيعة المهارات الحركية أو القدرات الخططية،أو بالنسبة لما ينبغي أن يتميز به اللاعب من سمات نفسية معينة.

ولا يتوقف أثر المنافسة الرياضية على نتائج المنافسة مثل الفوز – الهزيمة، بل يمتد إلى الجانب التربوي الذي يسهم في التأثير على تطوير وتشكيل قدرات الرياضي المختلفة: المعرفية، البدنية،المهارية.

ولقد تناولت العديد من الدراسات التأثير النفسي للمنافسات، ويذكر (مايرMayer) أن تلك الدراسات قد تركزت في ثلاثة مجالات رئيسة هي:

1- أداء اللاعب في الموقف التنافسي.

2- النتائج الشخصية المترتبة على الاشتراك في المنافسة.

3- عملية اتخاذ القرار تحت ظروف المنافسة.

ويضيف (ماير)، أن الموقف التنافسي يعد أكثر إثارة من الموقف غير التنافسي، ومن خلال زيادة الدافعية أن الأفراد سوف يبذلون جهدًا أكبر وأداء أفضل في الموقف التنافسي، وهذا ما يحدث في كثير من الأحوال.

وقد تلعب الضغوط النفسية دورًا حيويًا في تقدم المستوى المهارى، فالضغوط النفسية المرتبطة بالمنافسة الرياضية توضح أن المنافسة الرياضية ينظر إليها كمصدر من مصادر الضغوط على الرغم من أنا موقف اختبار ذو شدة عالية يظهر فيها اللاعب جميع خبراته وقدراته ويتم من خلالها تقييم الرياضي.[1]ومن بين أهم الخصائص النفسية للمنافسات الرياضية النقاط التالية:

- تحظى المنافسات الرياضية بالكثير من الثناء والتشجيع والعطف والحماس والمشاركة الوجدانية.

- تتميز المنافسات الرياضية سواءً الفردية منها أو الجماعية دون سائر أنشطة الإنسان الأخرى بوضوح تأثير الفوزو الهزيمة أو النجاح والفشل، وما يرتبط بكل منهم من نواحي سلوكية وبصورة واضحة مباشرة.

- تنفرد المنافسات الرياضية بحدوثها في حضور جمهور غفير من المشاهدين، الأمر الذي لا يحدث في كثير من جوانب الحياة اليومية، ويختلف أثر الجمهور على الرياضي وفقًا للسمات النفسية المميزة للرياضي.

- تجرى المنافسات الرياضية وفقًا للوائح وقوانين محددة من قبل اتحاد اللعبة موضع المنافسة، مما يترتب عليه تحديد النواحي الفنية والتنظيمية لنوع النشاط الرياضي، وكذا سلوك اللاعبين الذي يتناسب مع تلك الأمور.

- تتطلب المنافسات الرياضية ضرورة تعبئة الرياضي لبذل أقصى قدراته البدنية والنفسية لمحاولة تسجيل أفضل مستوى ممكن، الأمر الذي يسهم في تطوير وتنمية السمات النفسية وبخاصة السمات الخلقية والإرادية للرياضي.

---

[1]-نبراس يونسمحمد أل مراد - **أثر استخدام برامج بالألعاب الحركية والألعاب الاجتماعية والمختلطة** في **تنمية التفاعل الاجتماعي لدى أطفال الرياض بعمر (5-6) سنوات**-كلية التربية للبنات، جامعة الموصل، 2007 ص 96

- يرى بعض الرياضيين أن التنافس الرياضي بطبيعته ما هو إلا صراع يستهدف الفوز على الآخرين وتسجيل الأرقام، ويتناسون أن الوصول إلى المستوى الرياضي العالي ناحية من النواحي التي يسعى إليها كل مجتمع، ولكنها ليست بطبيعة الحال هدفه الأوحد.
- إن المنافسة الرياضية ما هي إلا نشاط يحاول فيه الرياضي إحراز الفوز، ولا يتأسس ذلك على الدوافع الذاتية للرياضي فحسب، بل أيضًا على الدوافع الاجتماعية، مثل: رفع شأن الفريق، سمعة النادي، الوطن، إذ أن ذلك يعد

من أهم القوى التي تحفز الرياضي للوصول لأعلى المستويات الرياضية.
- تسهم المنافسات الرياضية في الارتقاء بشخصية الرياضي من خلال تنمية وتطوير مهاراته وقدراته وتشكيل سماته الخلقية والإرادية، وتؤثر في جميع الوظائف العقلية والنفسية، مثل: الإدراك، الانتباه، التفكير، التصور، وذلك ما لمتتطلبه المنافسة الرياضية من استخدام تلك الوظائف لأقصى مدى ممكن حتى يتم الأداء بصورة مقبولة مقرونا بالإنجاز المطلوب أو المتوقع.
- تعد المنافسات الرياضية مصدرا لكثير من المواقف الانفعالية المتغيرة في أثناء المنافسة الواحدة، لارتباطها بمواقف النجاح والفشل أو الفوز والهزيمة.
ولهذه النواحي الانفعالية فائدتا، إذ أن الهود القوى الذي يبذله اللاعب أثناء المنافسات الرياضية وما يرتبط به من تغيرات فسيولوجية مصاحبة للانفعالات تسهم في تحسين كفاية الجهاز الدوري التنفسي، كذا مختلف أجهزة الجسم الحيوية.
- وقد يكون للتنافس الرياضي بعض الجوانب السلبية حين يتسم بالعنف الزائد الذي ينتج عنه اضطرابات انفعالية لدى المتنافسين، أو حينما يحدث بين متنافسين يختلفون اختلافًا كبيرًا في قدراتم ومهاراتم؛ مما يجعل الفوز قاصرًا على فريق منهم، أو حينما ينقلب التنافس الرياضي إلى تنافس عدواني.
وإذا ما تم التنافس الرياضي في إطار الأسس التربوية التي تؤكد ضرورة الالتزام بقواعد الشرف الرياضي- قبول قرارات الحكام، اللعب النظيف، التواضع عند الفوز ... - فإنه يصبح من أهم القوى التي تدفع الأفراد إلى ممارسة النشاط الرياضي، والتي تحفز الرياضي للوصول لأعلى المستويات الرياضية.
تتطلب المنافسة الرياضية ضرورة استخدام الرياضي لأقصى قدراته وعملياته العقلية والبدنية لمحاولة تسجيل أفضل مستوى ممكن الأمر الذي يسهم في الارتقاء بـ: الانتباه، الإدراك، التذكر، التفكير، التصور، التخيل.[1]

8- نشاطات الرياضة الجماعية ودورها في عملية التوافق النفسي الاجتماعي للمراهق:

إن ممارسة نشاطات الرياضات الجماعية في المؤسسات التربوية يعد إحدى الأنشطة الإنسانية العامة، بحيث أصبحت جزءا هاما من البرامج التي تدف إلى إعداد مجتمع أكثر صلاحية، ذلك لكونا تستهدف نمو الأفراد

[1]- نبراس يونسمحمد أل مراد– مرجع سابق ص98

نموا متزنا، متكاملا في كل النواحي الصحية, والعقلية والاجتماعية، والخلقية، ناهيك عن إسهاماتنا في مجال الخدمة الاجتماعية، بحيث تستفيد هذه الأخيرة من أنشطة وبرامج الرياضات الجماعية كوسائل وقائية، وعلاجية للتوجيه الاجتماعي للأفراد, والجماعات، والمجتمعات في آن واحد، فعن طريق النشاط الرياضي نستطيع ملاحظة، وإتباع أنواع السلوك، والعلاقات الاجتماعية التي تظهر خلال هذه النشاطات.

8-1نشاطات الرياضات الجماعية كجو لتعليم المراهق التحكم في انفعالاته:تتميز الخبرات الانفعالية المرتبطة بالمنافسات (المباريات) بطابع التوتر الشديد، والذي ينعكس فيها المجهود الكبير والمبذول، الذي يهدف لمحاولة الفوز، والذي يشعر فيها الفرد بزيادة هائلة في قدراته وطاقاته، ولا يحفل بالتعب، وتشتد وتقوى كل العمليات النفسية، هذا غير الخبرات الانفعالية المرتبطة بإدراك جمال التوقيت الحركي الذي يتمثل في الأداء المتقن للمهارات الحركية[1].

وفي أثناء المنافسات (المباريات) الرياضية، يمكن أن ترتفع هذه الخبرة الانفعالية في بعض الأحيان، كما هو الحال عند تسجيل هدف في مباراة كرة القدم مثلا إلى زوبعة هائجة من الفرح لأفراد الفريق الفائز وأنصاره، أو إلى موجة عارمة من الحزن العميق لأفراد الفريق المنهزم وأنصاره.

وغالبا ما تتميز هذه الخبرات الانفعالية بطابع التوتر الشديد، والتي ينعكس فيها المجهود المبذول لمحاولة الفوز أو إحراز أحسن ما يمكن من نتائج، و في بعض الأحيان يظهر ذلك واضحا جليا في الإشارات، و الحركات و الألفاظ التي تعبر عن هذا التوتر الانفعالي.[2]

ويمكننا أن نلاحظ الأعراض النفسية النامية للرياضي المنفعل قبل بدء المنافسة، فإن الانفعال أثناء المنافسة في شكل تصور تكتيكي، وفي أخطاء تكتيكية، ففي الألعاب الجماعية يتضح الانفعال في المراحل الأولى من المباريات، في القلق العام واضطراب التنفيذ، يتمثل هذا في الاستسلام، في كثرة الأخطاء الفنية، وفي تشتت الانتباه وضيق حجمه، وما يترتب على ذلك من عدم اتخاذ القرارات بالسرعة الواجبة.

وتؤكد خبرة أحسن الرياضيين أنه يمكن للمرء أن يكتسب القدرة على التحكم في الحالات الانفعالية غير المرغوب فيها قبل الانطلاق، و الأساليب التي يستخدمها الرياضيون لذلك مختلفة إلى أقصى حد، ويتوقف هذا الأمر على خبرة الرياضي ودرجة تحضيره، ومدى معارفه وتطور صفاته النفسية، و الشعور بالمسؤولية ونمط الجهاز العصبي، واهتماماته ورغباته وغيرها.

وتصف "تشير فيكونا" في دراسة مجموعة الأساليب للتحكم الانفعالي في الحالات الانفعالية، من المعروف أن حالة الرياضي الانفعالية تنعكس بوضوح في مظهره الخارجي، وملامح وحركات الوجه، وحركات اليدين و القيافة، واللون، وحالة البشرة، وكل ذلك ليس إلا تعبيرا عن حالة الإنسان الداخلية يسمح لنا بالحكم بمزاج هذا الإنسان و مشاعره، واتضح أن التحكم النفسي في المظهر الخارجي للانفعالات يمارس تأثيرا على سيرها الداخلي سلبا أو إيجابا، وتتغير الحالة النفسية بعد ممارسة التمارين الرياضية، وعند ذلك ينبغي توجيه الاهتمام

---

[1]-سعد جلال، محمد علاوي - علم النفس التربوي الرياضي – دار المعارف القاهرة 1967 ص: 176

[2]- محمد حسن علاوي - **علم النفس الرياضي** - دار المعارف مصر. 1987 ص 255

الخاص إلى كمية هذه التمارين، ووتيرتا، وإيقاعاتا واتساع أداءها, و تنوعها وغيرها، والذي يكتسب أهمية كبيرة من هذه الناحية الإحماء قبل الانطلاق، و الأسلوب الجيد في التحكم في الحالات الانفعالية، و التنظيم النفسي للتنافس بواسطة التمارين التنفسية الخاصة، التي تختلف بعضها عن الأخرى، عمقها و شدتا، و ترددها و إيقاعاتا، ومدتا، ويمكن اللجوء إلى التدليك للتهييج أو للتهدئة، كما يمكن تنظيم الانفعالات عن طريق إبداء شتى المثيرات العديدة على المحللات البصرية و السمعية وغيرها، والسمة المميزة للانفعالات مرتبطة بصورة وثيقة مع الكلام، والذي عن طريق الكلام (الثناء الذاتي، التهدئة الذاتية، الاقتناع الذاتي). يمكن التأثير على الحالة الانفعالية أيضا، ويجب أن يقدرعلى تغيير اتجاه ومضمون تصوراته، وأفكاره، واهتماماته عمدا، مما يبدي تأثيرا على الحلة الانفعالية أيضا، وفي الآونة الأخيرة ولغرض إزالة وتخفيف التهيج العصبي، والانفعالي يستخدم أكثر، التدريب بأساليب بين (الإرخاء الذاتي، المركز). وفي حالة أداء التمارين الخاصة بصورة مطلوبة، وفي الظروف المعينة يمكن تحقيق الإرخاء الكامل لحد كافي، وتحويل الوعي إلى العالم الداخلي, إلى ذات الإنسان، إذا اقتضت الضرورة زيادة التوتر العصبي النفسي قبل ابتداء المنافسة، بغرض التغلب على عدم الرغبة في خوض الصراع والخمول، فيمكن اتخاذ بعض الإجراءات للتعبئة النفسية والبدنية، ويوصي لذلك باستخدام مختلف الأساليب للتعبئة الذاتية والتنظيم الذاتي، إذن يقدر الرياضي على التحكم في حالاته الانفعالية وفي إمكانية من جهة تخفيض التهيج المفرط قبل المنافسة، ويستطيع من جهة أخرى أن يرفع مستوى تعبئته، ويقضي على عناصر عدم التنظيم وعدم الرغبة عنده، وتحول نفسه إلى حالة التهيج القتالي، ولهذا السبب تتلخص إحدى مهام التحضير النفسي في تعليم الرياضيين كيفية تنظيم انفعالاتم على وجه الخصوص قبل المنافسة.[1]

8-2 نشاطات الرياضات الجماعية كوسيلة للتعبير عن الذات وتنمية الثقة بالنفس:

يعتبر مفهوم قيمة الذات من المفاهيم النفسية الهامة لكل شخص، فالكثير يسعى إلى حماية ذاته، وغالبا فإن المدربين الأكفاء يسعون إلى تدعيم قيمة الذات لدى الرياضيين اقتناعا أن قيمة الرياضي لذاته هي مفتاح الدافعية.[2]

والعديد من السمات المميزة للشخصية تحاول الإجابة عن تصور الذات (مفهوم الذات لدى الرياضي)، فسمات كسمة الثقة بالنفس، وتأكيد الذات والاقتناع بالذات، وتقدير احترام الذات، واعتبار الذات ..كلها سمات تشتق من أحكام وتقديرات الشخص لصورة نفسه أو ذاته أو تصوره عن نفسه.[3]

وتحقق الرياضات الجماعية نفس اللذة و الارتياح اللذين يحققهما اللعب، فالتلميذ حين يمارس رياضة جماعية معينة يلعب، وحين تتوفر فيه التلقائية يحقق ذاتيته، فهو يجري و يقفز، ويتحرك مشغلا الأدوات الرياضية المتمثلة أساسا في الكرة وما يوحيه، من حركات إنما يعبر عما يكنه في نفسه، ويحل مشاكله الخاصة، وفي هذا الانطلاق لا يعبر عن ذاتيته فقط، بل وتسيطر الذات على الميدان كله، ولا تخضع لأي صراع معين وهي تتحرر

---

[1]-رسيانخريبط مجيد- مرجع سابق ص 26-27

[2]-محمد حسن علاوي - **علم النفس الرياضي**-مرجع سابق ص 351

[3]-محمد حسن علاوي – نفس المرجع ص 312

من كل ما هو مكبوت حين يغمره السرور، والفرح والحماس عند النجاح في السيطرة على حركاته وعلى الكرة. إن الثقة في النفس تعتبر بمثابة التعبير عن قيمة الشخص لذاته، كما أن الخبرات الرياضية المبكرة ذات أهمية كبيرة في تشكيل الثقة بالنفس لدى النشء الصغير، فهؤلاء الذين لديهم خبرات نجاح مبكرة يكونون أكثر ثقة بأنفسهم، يشعرون بالمزيد من قيمتهم، ويصبحون أكثر واقية لمواصلة التفوق، وفي المقابل فإن هؤلاء الذين لديهم خبرات فشل مبكرة يصبحون أقل ثقة في أنفسهم.[1]

فالرياضيين يجدون في الممارسة الرياضية خبرة النجاح، والشعور بالمزيد من الكفاءة، هذا وعندما يصبح الرياضي أكثر كفاءة فإنه يتمتع بالثقة ويستطيع أداء الواجبات الحركية المتوسطة الصعوبة، دون الخوف من الفشل، إنم يكتشفون أن جهودهم تؤدي إلى المزيد من النتائج المحبة، وزيادة التركيز والاهتمام بوضع الأهداف الشخصية، مقابل قلة التركيز على المكسب يعتبر عاملا مهما لمقابلة احتياجات الرياضيين، ليست فقط للشعور بقيمة الذات ولكن كيفية تنميته[1] وتلعب ثقة الرياضي بنفسه دورا فعالا أيضا في هذه العلاقة، ولا شك أن مستوى كبرياء الفرد يرتبط ارتباطا وثيقا بالثقة في النفس، إن الثقة الأكيدة في النفس يمكن أن تساهم في وضع الجراح النفسية على الهامش، وأن تجعل تأثيرها على الروح وقتيا، بحيث لا يبقى لها بعد ذلك أي تأثير، ومن الناحية الأخرى فإن التوتر النفسي والقلق، وعدم التأكد تصبح مؤشرات مناسبة للاهتزاز.[2]

ومن هنا يتضح أن نشاطات الرياضات الجماعية يمكن أن تكون وسيلة للنجاح في الحياة، بلوغ السعادة والراحة النفسية، وتظهر في المنافسات الرياضية الرغبة العالية لنيل الانتصارات، والحصول على أرقام قياسية والفوز، فهذا يفسر على أنه ليس تعبيرا عن تجاوز الذات فحسب، بل تعبيرا عن تجاوز الغير والإحساس بالعظمة والسمو. إن الا عة نحو السمو هي ميزة كل إنسان يريد تأكيد ذاته، وقد يظهر ذلك بالخصوص أثناء المراهقة التي تتسم بالبحث عن الذات والأصالة، لذا فالرياضة عبارة الإطار المناسب لكل من يرغب في بناء شخصيته.

8-3 نشاطات الرياضات الجماعية كوسيلة للتحرر:إن طائفة كبيرة من غرائز الإنسان وميوله قد قيدت النظم الاجتماعية طريقة إرضائها، فلم تترك الأفراد أحرارا في تغذيتها كما يريدون، فغريزة المقاتلة والغريزة الجنسية مثلا لم تبح النظم الاجتماعية تغذيتها، إلا في أحوال خاصة وبقيود كثيرة، وقد زود الإنسان بالميل إلى اللعب ليتاح له عن طريق غير جدي أن يغذي ما قد تحول النظم الاجتماعية بينه، وبين تغذيته بطريق جدي من غرائزه وميوله.[3](وقد تتميز الدوافع أحيانا بنوع من القوة والشدة، بحيث تدفع إلى بعض النماذج من السلوك الشاذ، هذه الحاجات يطلق عليها اسم الحاجات الانفعالية، والتي منها الحاجة إلى الإبداع والإنجاز والتكوين، ولا يمكننا إشباعها وتحقيقها في إطار التعليمات والأوامر، والنواهي والقواعد والقوانين, بل يكون

---

[1]-أسامة كامل راتب - **علم النفس الرياضة المفاهيم والتطبيقات-** ط1997 ،ص351

[2]-محمد حسن علاوي -**علم النفس الرياضي-**مرجع سابق ص:205

[3]-كمال الدين زكي، محمد عادل حطاب- مرجع سابق ص:179

إشباعها أكثر بإعطاء الحرية للفرد، تجعله يحس بأنه متخلص من القيود التي قد تعيقه، عندئذ يتحقق له شعور بالإنجاز والإبداع الذي يرغب الحصول عليه.[1]

وفي الرياضة البدنية مجالا للإعلاء، والإعلاء عملية يحول فيها الفرد طريقة التعبير عن دوافع ينتقدها المجتمع إلى سلوك مرغوب فيه، مثل الرياضة البدنية، وذلك على سبيل المثال لتحويل الميول الجنسية إلى التفوق في الرياضة، إذ أن الحل السليم السري للتخلص من الخبرات والاندفاعات التي لم تعد مناسبة وغير مرغوب فيها، هو كبتها في اللاشعور وتحويل الطاقة ووضعها في خدمة الأفكار والانفعالات الشعورية المقبولة اجتماعيا وشخصيا.[2] ويبرز في هذا السياق أيضا مفهوم الطاقة الزائدة، والتي يعزو إليها بعض التربويين، والباحثين أنها كانت أحد أسباب الارتقاء بالرياضة، ولهذا ينظر لآلية تفريغ الدوافع المكبوتة كحاجة اجتماعية مقبولة، ومناسبة تقدمها الرياضة كقيمة تتصف بالسلامة والأمن الاجتماعي، تعمل على توفير فرص التحرر من الضغوط والمشاعر المكبوتة فيما عرف بالطاقة الزائدة، وتتمثل هذه الآلية في أن النشاط البدني في حد ذاته، يستلزم الطاقة ويعمل على تقليص الجسم منها، حتى أن باحثي وظائف أعضاء النشاط البدني يرون أن التعب بعد النشاط البدني أحد مظاهر استنفاذ الطاقة، ومعروف أن هناك تلازما بين الطاقة النفسية والطاقة البدنية.[3]

وتسمح هذه العملية اللاشعورية للفرد بالتكيف مؤقتا، وبذلك تعطيه الفرصة والوقت حتى يتمكن من إشباع هذه الميول بالطريقة التي يرتضيها المجتمع، هذا غير ما تعود به الرياضة البدنية على الفرد في كل ناحية.

8-4 نشاطات الرياضات الجماعية كوسيلة للضبط الاجتماعي وتذيب السلوكات السلبية للمجتمع:

إن النشاط الرياضي ولا سيما التنافسي، كالمباراة غني بمظاهر التوتر والإجهاد بحكم الـ ال والاصطدام والكر والفر، وحماسة المتفرجين والخوف من الهزيمة، وانفعالات النصر والهزيمة....الخ، ولهذا قد تبدو عند الرياضي الناشئ – خاصة في مرحلة الطفولة المتأخرة – بعض السلوكات السلبية، مثل محاولة التأكيد المتطرف للذات كالتفاخر، التباهي، أو الغرور و الزهو، وكذلك العدوانية (القوة والعنف)، والأنانية والحساسية، أو عدم السعادة نحو عدم التقبل الاجتماعي، والاتجاه للأساليب العقابية الخارجية.

كما قد تظهر هذه السمات لدى الرياضيين الناشئين في الثرثرة الزائدة، والسلوك الذي يرمي إلى جذب الانتباه، ومن الأنماط السلوكية المصاحبة لهذه السمات لدى الرياضيين محاولة الشجار مع الآخرين، إهانة المنافسين، الاستهزاء بالقوانين، الاستقلال وعدم التعاون، وربما تندرج هذه السمات تحت تصنيف"أوجيليفيوتيتكو" للعدوانية لدى الرياضيين، نظرا لأن العدوانية تظهر في حب الاحتكاك الجسماني، وعدم القدرة على التحكم في الانفعالات أثناء الهزيمة، ويرى الكثير من العلماء أن الأفراد الذين يملكن قدرا

1-محمد عماد الدين إسماعيل - مرجع سابق ص:228.

2-سعد جلال - **المرجع** في **علم النفس**- مرجع سابقص 382.

3-أمين أنور الخولي- **الرياضة والمجتمع -** مرجع سابق ، ص 85

واضحا من هذه السمة، سوف لا يجدون في الرياضة، وخاصة بالنسبة للضغوط العالية في رياضة المستويات العالية، متنفسا للتعبير عن هذه ال عة.[1]

والناشئ في مقتبل حياته تكون قدرة تحكمه على نفسه ضعيفة، فإذا شاهد شيئا فإنه يرغب في الحصول عليه، وإذا جاء بخاطره أن يفعل شيئا سواء في الم ل، أو في المدرسة نتيجة لأن "قوة الضبط "مازالت في دور التكوين، يحاول فعله، ولا يوجد شيء يمكن أن ينمي قوة الضبط هذه بطريقة فعالة، وطبيعية كالألعاب. فألعاب الصغار لا يوجد فيها إلا القليل من القيود، ما أن يتدرج اللاعبون في النمو حتى تظهر القواعد والتعليمات، وتتدرج في الزيادة، فتتطلب ضبطا مضطردا للنفس، مثل عدم اللعب إلا في الدور المخصص، وضرورة التصويب بالكرة بشكل معين بدلا من رميها بطريقة عشوائية، إلى أن نأتي إلى مرحلة البلوغ، وفيها نصل إلى الألعاب الجماعية بطرقها المحددة، وبقوانينها الدقيقة وبقيودها وجزاءاتا. وأن يكون هناك في مجالات الخبرة للفتى أو الفتات فرص أكثر حيوية من تلك الألعاب الجماعية، لاكتساب القدرة على الضبط الاجتماعي، ولها نواحي أكثر واقعية من تلك الألعاب، للتدريب للوصول إلى هذه القدرة، فلكي تكون متمسكا بالقانون و بالتعليمات في أكثر مواقف اللعب إثارة، ولكن تقررت تحت هذه الظروف إتباع الصواب، وتجنب الخطأ حتى ولو تسبب ذلك في عدم الفوز، فلابد أن تكون هذه القيم الخلقية ثابتة في النفس ثبات العقيدة، وهذا يتطلب ممارسة سليمة للعب تحت توجيه و إرشاد صحيح.[2]

وقد تكون مساحة ما للعدوانية في الرياضة، لكنها محكومة بقواعد اللعب وجزاءاتا، لكن مما لاشك فيه أن الرياضة كأحد المناشط الإنسانية، تعد هذه المناشط أكثر ملائمة للتخلص من العدوانية و التنفيس عنها، فالآداءات الحركية بمختلف أنواعها تسمح بالتخلص من قدر كبير من العدوانية.[3]

و في مجالات التربية الرياضية تدريب عملي متجدد واسع النطاق على الخلق الطيب، و السلوك السليم، ذلك أن مواقف اللعب مليئة بالمشاكل الخلقية، غنية بالمستويات السلوكية التي تتصل بالصدق والأمانة، أو الكذب والخداع و الشجاعة، و الجرأة و الجبن والتهور، وبالتعاون وإنكار الذات، أو الخسة والأنانية...الخ من المواقف التي تمثل ظروف الحياة، وتتضح فيها القيم بشكل واضح، فيمكن مراقبتها عن كثب، وتقويمها منذ البداية، ولاسيما أنا مواقف حقيقية وملموسة، فلا افتعال ولا صنعة فيها، فضلا عن أنا بعيدة كل البعد عن مجرد المعنويات أو العموميات اللفظية.[4]

---

[1]-محمد حسن علاوي - **علم النفس الرياضي** - مرجع سابق، ص312

[2]-كمال الدين زكي، محمد عادل حطاب- مرجع سابق- ص 20

[3]-أمين أنور الخولي- الرياضة والمتمع - مرجع سابق ، ص 86

[4]-كمال الدين زكي، محمد عادل حطاب- مرجع سابق ص31-32

5-8 نشاطات الرياضات الجماعية كجو مناسب للعلاقات الاجتماعية و تحقيق الاتصال:

إن أغلب نشاطات التربية الرياضية جماعية، يتدرب فيه الفرد على الحياة المشتركة المتعاونة، إذ أن وحدة العمل في مجالات النشاط الرياضي هي الجماعة، في صحبة أو فصل أو فرقة، أو نادي...الخ، والاشتراك في اللعب يستلزم أن يتقابل الأفراد، وأن يتفاعلوا وأن يندمج بعضهم مع البعض الآخر حتى تتناسق الجماعة وتتعاون.[1]

والرياضة تشبع الحاجة إلى الانتماء، والحاجة إلى الانتماء حاجة اجتماعية ونفسية هامة، إذ لو شعر الفرد بعزلته، وعدم انتماءه لمثل هذه الجماعات الرياضية اعتراه القلق والضيق والحزن، مما يتعارض والنمو الاجتماعي، والتوافق الاجتماعي، وقد يؤدي به إلى الانحراف أو الأمراض النفسية، بعكس ما يحدث عندما يشعر الفرد بانتمائه إلى جماعة تتقبله ويتقبلها، إذ يمده ذلك بالأمن والطمأنينة والسعادة، والرضا والارتياح، لأنه بين أفراد يعرفهم ويحبونه ويحبهم، مما قد يعوض الفرد ما قد يعانيه من تفكك أسري أو ما شبه ذلك، والعامل النفسي الأساسي الذي يحدد علاقة الفرد بالجماعة الاجتماعية هو التقمص الإيجابي، ويقصد بالتقمص الإيجابي العملة العقلية التي تجعل الفرد يحس بأنه في موقف شخص آخر، فيستجيب لنفس المؤثرات التي تقع عليه، و القدرة على الاستجابة للمواقف التي يتعرض لها الآخرون، وشعوره بنفس الشعور الذي يشعر به في هذه المواقف، نتيجة للخبرات المشتركة بينهم وبينه[2]، مما يتوفر في المجال الرياضي، وتعتبر الجماعة الرياضية محل تقدير المجتمع والعالم الخارجي، مما يضفي على اللاعب أو الفرد المنتمي إليها مركزا خاصا يعتز به كل رياضي وهناك بعض الدراسات التي تشير إلى أن الرياضي محب للناس، سهل المعاشرة واجتماعيا لدرجة كبيرة، ومن هذه الدراسات دراسة "سندي 1955 "، ودراسة "جروفز1966"،ودراسة"فرفر1966"، ودراسة "برهمان1967"، والشخص الاجتماعي يتسم بالدفء والاستعداد مع الزملاء، والاهتمام بالناس والثقة بهم والتكيف مع الآخرين، ومثل هذه السمات تشير إلى رغبة الفرد في أن يكون مقبولا من الآخرين في معظم المواقف، ويفضل المواقف المرتبطة بالآخرين، ويهتم بالتعرف الاجتماعي وهي سمات هامة للرياضيين.

وتظهر العلاقات الاجتماعية من خلال الممارسة عندما يتعرف الواحد على الآخر، أو من خلال العروض والتعقيبات الرياضية، ومن هنا نميز شكلين من أشكال العلاقات الجماعية، أو لها هي الفرق الرياضية بحد ذاتها أين تسمح العلاقات الداخلية للفريق بين أعضاءه بخلق روابط شخصية قوية تقوم على التعاون لتحقيق الهدف المشترك، أما الشكل الثاني من العلاقات، فهي تلك التي تكون بين الممارسين الرياضيين ومدربهم، علاقات المسيرين والمتفرجين مع اللاعبين، علاقات المسيرين فيما بينهم، وهذه العلاقات يمكن أن تتضاعف حتى خارج الممارسة الرياضية.

ومن هنا يمكن اعتبار الرياضات الجماعية على أنها أحسن أنماط الانضمام الاجتماعي، وتعلم الحياة الاجتماعية المشتركة، وكيفية احترام قواعدها ويمكن أن تكون كعامل من عوامل التوازن، أو التوافق النفسي الاجتماعي.

---

[1]-كمال الدين زكي، محمد عادل حطاب- نفس المرجع ص:44

[2]-سعد جلال - **المرجع** في **علم النفس** - مرجع سابق ص 557

8-6 نشاطات الرياضات الجماعية كوسيلة للتفاعل الاجتماعي للمراهق:

تعد التنمية الاجتماعية عبر برامج التربية البدنية والرياضية أحد الأهداف المهمة والرئيسة في التربية البدنية ، فالأنشطة الرياضية تتسم بالثراء ووفرة العمليات والتفاعلات الاجتماعية التي من شأنا إكساب الممارس للرياضة والنشاط البدني عدداً كبيراً من القيم والخبرات والخصائص الاجتماعية المرغوبة التي تنمي الجوانب الاجتماعية في شخصيته وتساعده في التطبيع والتنشئة الاجتماعية، والتكيف مع مقتضيات التمع ونظمه ومعاييره الاجتماعية والأخلاقية.

وقد استعرض كوكلي(Groakley) الجوانب والقيم الاجتماعية للرياضة فيما يأتي :

-الروح الرياضية -تقبل الآخرين -الارتقاء الاجتماعي -التنمية الاجتماعية -مقبول اجتماعياً -التعارف -اكتساب المواطنة الصالحة-الانضباط الذاتي -تنمية الذات المتفردة-المتعة والبهجة الاجتماعية-اللياقة والمهارات النافعة .[1]

واستخلص لوي (Loy) أربع قيم اجتماعية مهمة للنشاط الحركي:

-المشاركة المبكرة تنمي المكانة الاجتماعية.

-تساعد في الحراك الاجتماعي الايجابي.

-علاقات اجتماعية طيبة تؤدي إلى فرص وظيفية ومهنية جيدة.

-تنمية أنماط السلوك الاجتماعي المقبولة سواء في الحياة العامة أو العملية.

وتقدم الأنشطة البدنية والرياضية في إطار الفرق فرصاً اعرض وأفضل لنمو القيم الاجتماعية المقبولة، حيث ينمو الطفل من خلال قيم الجماعة (الفريق) وعبر تفاعل اجتماعي ثري تدفعه إليه ظروف اللعبة حيث يستخدم الطفل مهاراته الفردية وكل قدراته لصالح فريقه، فيعتاد التعاون ويتعلم التفاهم والإيثار فقد يكون هناك طفل في الفريق في وضع أفضل منه لإحراز هدف فيمرر الكرة له، فيؤثر على نفسه لأن مصلحة الفريق فوق أية مصلحة شخصية. ويدرك الطفل من خلال هذا التفاعل الاجتماعي معاني التماسك والمشاركة والتوحد والانتماء كما تتيح هذه الأنشطة الرياضية فرصاً لنمو العلاقات الاجتماعية الطيبة كالصداقة، والعشرة والألفة الاجتماعية، وتجعله يتقبل دوره في الفريق، وتعلمه قواعد اللعب والمنافسات والانضباط الاجتماعي والامتثال والمسايرة لنظم التمع ومعاييره.

9- أنماط التفاعل الاجتماعي للأطفال في مواقف اللعب للألعاب الجماعية :

اللعب موقف نشط يتفاعل فيه الطفل مع لعبته في اللعب الانفرادي ومع الآخرين وأداة اللعب في اللعب الجماعي. وهو في تفاعله مع أفراد اللعب يسلك ثلاث طرائق هي طريقة الحوار اللفظي بتبادل الكلمات والجمل والعبارات للتعبير عما يريد وما يحس وما يشعر، أو طريقة الحوار الجسدي باستعمال الإشارات وتعبيرات الوجه،والإمساك بالمنافس أو محاورته بقدميه أو يديه أو غير ذلك،أو طريقة الحوار العقلي وذلك

---

[1]- عفيفي محمد عبد الهادي- في **اصول التربية-** مكتبة الانجلو مصرية 1974 ، ص 72

بالتخطيط لتنفيذ أهدافه والحيلولة بين تحقيق المنافس لأهدافه، وفي كل من الطرائق الثلاث قد يغضب أو يثور أو يجامل أو يخادع أو يتجاهل الآخرين، أو يحاول أن يبدو مناصراً للحق وملتزماً به، أي أن سلوك الطفل يتراوح بين السلبية والايجابية.[1]

ويشير كل من عويس والهلالي (1997) إلى أن هناك أربعة أنماط للتفاعل الاجتماعي في موقف اللعب هي: الصراع، والتعاون،والتنافس، والمواءمة. فالأطفال في حالة الصراع يوجهون طاقاتهم نحو هدم الآخرين وإيذائهم، بينما في المنافسة فهم يوجهون تلك الطاقة نحو العمل لتحقيق الهدف أو الحصول على اكبر قدر من الكسب . وتعتبر المنافسة في جماعة الأطفال شكلاً من أشكال الكفاح الاجتماعي من أجل الفوز، أما إذا تحول الاهتمام إلى أشخاص الفريق الآخر بوساطة حرمانهم أو إيذائهم حتى يحقق الفوز ظهرت الخصومة وانقلب التنافس الشريف إلى تنافس غير شريف أو تنافس عدواني (صراع).

لهذا فان احترام اللعب وقواعده وتطبيق القوانين بدقة دون تهاون يعمل على أن تستمر حالة التنافس بين الجماعات، فالصراع يظهر عندما تسود فوضى العلاقة بين الجماعة، وتظهر المواءمة كضرورة لحل موقف الصراع بوساطة إخضاع الجماعة الأخرى، ونادراً ما تكون عن طريق الحل الوسط. وتعتبر المواءمة نادرة الحدوث بين الجماعات التي تمارس الأنشطة الرياضية. ويعني التعاون السلوك المنسق بين أعضاء الجماعة لتحقيق الهدف المشترك فالطفل يتنازل عن بعض متطلباته في سبيل تحقيق الهدف الجماعي والتعاون يتطلب منه التضحية بغرائزه الفردية وتعلم التعاون من اجل الجماعة.

خلاصة:

مما سبق نخلص إلى أن الرياضات الجماعية هي من الأنشطة الهامة لدى الشباب بالنظر إلى اهتمامهم الكبير، وإقبالهم المتزايد على ممارستها لاستجابتها للعديد من حاجياتهم الضرورية، والتي تساعدهم على النمو الجيد المتزن، فالممارسة الرياضية الجماعية تجلب المتعة للمراهق بإشباعها لمختلف الحاجات التي يتطلبها النمو والراحة، والتحكم في عدوانيته، وتصريف طاقاته الكامنة بصفة مقبولة اجتماعيا، كما تساعده على اكتشاف مفهوم السعادة، والسرور لتحقيق الراحة النفسية الكاملة فهي تنمي التحكم في الذات، وتخفف من توترات المراهق الناتجة عن ضغوط الحياة اليومية، كما تعتبر عامل من عوامل التوازن وإعادة التوافق مع النفس ومع المجتمع.

لذلك نقول رغم ما تتميز به مرحلة المراهقة من صعوبات ومشاكل، إلا أن الخصائص النفسية والاجتماعية التي تتميز بها نشاطات الرياضات الجماعية قد تسمح بالمراهق بتجاوز هذه المرحلة بسلام، وتحقيق مستوى عال من التوافق النفسي والاجتماعي.

---

[1]-حنورة احمد حسن ، وعباس شفيق إبراهيم - **العاب الطفل ما قبل المدرسة**- مكتبة الفلاح للنشر والتوزيع، ط2 ، بيروت1996.ص82

الباب الثاني

الجانب التطبيقي

الفصل الأول

منهجية البحث وإجراءاته الميدانية

1 - منهج الدراسة :

عادة ما يتحتم على الباحث لحل مشكلته استخدام المنهج الذي يوصله إلى نتائجه المرجوة، وفي دراستنا هذه و نظرا لطبيعة المشكلة المطروحة، نرى أن المنهج الوصفي هو المنهج الملائم لها، وهذا الاختيار نابع أساسا من كون هذا المنهج يساعد على الحصول على المعلومات الشاملة حول متغيرا ت المشكلة، واستطلاع الموقف العلمي أو الميداني الذي تجري فيه، قصد تحديدها وصياغتها صياغة علمية دقيقة، وكبقية مصادر جمع المعلومات والتأكد من صلاحية أدوات جمعها.

"ويقوم المنهج الوصفي كغيره من المناهج الأخرى على عدة مراحل أهمها التعرف على مشكلة البحث، وتحديدها، ووضع الفروض واختيار الفئة المناسبة، واختيار أساليب جمع البيانات، وإعدادها ووضع قواعد لتصنيف البيانات، ووضع النتائج وتحليلها في عبارة واضحة.... محاولة لاستخلاص تعميمات ذات مغزى تؤدي إلى تقدم المعرفة".[1]

2- مجتمع البحث وعينته :

وبدف تحديد مجتمع البحث حصل الباحث على أسماء الثانويات المتواجدة على مستوى ولاية بجاية من خلال مديرية التربية لولاية بجاية. إذ تكون مجتمع البحث من ثانويات ولاية بجاية (2008-2009) والبالغ عددها 47 ثانوية.

وقد اختار الباحث 11 ثانوية من أصل 47 ثانوية، أي ما يوافق نسبة 23.40 %،واقتصر الاختيار على ثانويات المدن الكبرى للولايةبصورة عمدية لتكون الثانويات التي من خلالها يتم اختيار أفراد العينة التي يطبق عليها البحث، وذلك لتمركز أغلب الفرق الرياضية للرياضات الجماعية قيد الدراسة (كرة القدم، الكرة الطائرة، كرة السلة، كرة اليد) على مستوى هذه المدن. والذي يرجع بدوره إلى توفر الإمكانيات المادية (المنشئات الرياضية خاصة)، فضلا عن قرب المسافة بين أماكن الدراسة (الثانويات) وأماكن التدريب، وهي الظروف التي لا تتوفر للتلاميذ القاطنين بالمناطق الريفية للولاية.

و قد شملت عينة البحث على (755) تلميذ وتلميذة تم اختيارهم بصورة عمدية ممن تتراوح أعمارهم بين (16-19) سنة. بعد أن استبعد مجموعة من التلاميذ الممثلين للمجموعة الممارسة وذلك لعدم تجانسهم مع أفراد عينة البحث وهم:

- التلاميذ الذين يمارسون إحدى الرياضات الجماعية المعنية بالدراسة بصفة غير منتظمة.

---

[1]-ديولد فان دالين (تأليف) محمد نبيل نوفل و آخرون (ترجمة) - **مناهج البحوث** في **التربية وعلم النفس** - ط2- 1984 ص: 313.

- التلاميذ الذين لديهم ظروف أسرية خاصة (أيتام.....)، والتي قد تأثر على حالتهم النفسية بالتالي على مستوى توافقهم النفسي الاجتماعي.

وقد تم تقسيم العينة إلى مجموعتين غير متساويتين في العدد، وغير متساويتين من حيث الذكور والإناث:
- تتشكل الـموعة الأولى من 355 تلميذ و تلميذة، تم تحديدها بالأفراد الذين يمارسون النشاطات البدنية والرياضية داخل حصة التربية البدنية و الرياضية في الثانوية، إضافة إلى ممارستهم الرياضات الجماعية قيد الدراسة (كرة القدم، الكرة الطائرة، كرة السلة، كرة اليد) من خلال انضمامهم إلى إحدى النوادي الرياضية للرياضات السالفة الذكر، أي أن الممارسة تكون أكثر من ثلاثة حصص في الأسبوع (تدريب+ منافسة) .
- أما الـموعة الثانية فتتشكل بدورها من 400 تلميذ وتلميذة، ثم تحديدها بالأفراد الذين يمارسون النشاطات البدنية والرياضية داخل حصة التربية البدنية و الرياضية في الثانوية فقط، والتي تدوم ساعتين في الأسبوع.وقد كان توزيع أفراد العينة بالشكل التالي:

2-1عرض نتائج عينة الدراسة على استمارة المعلومات :

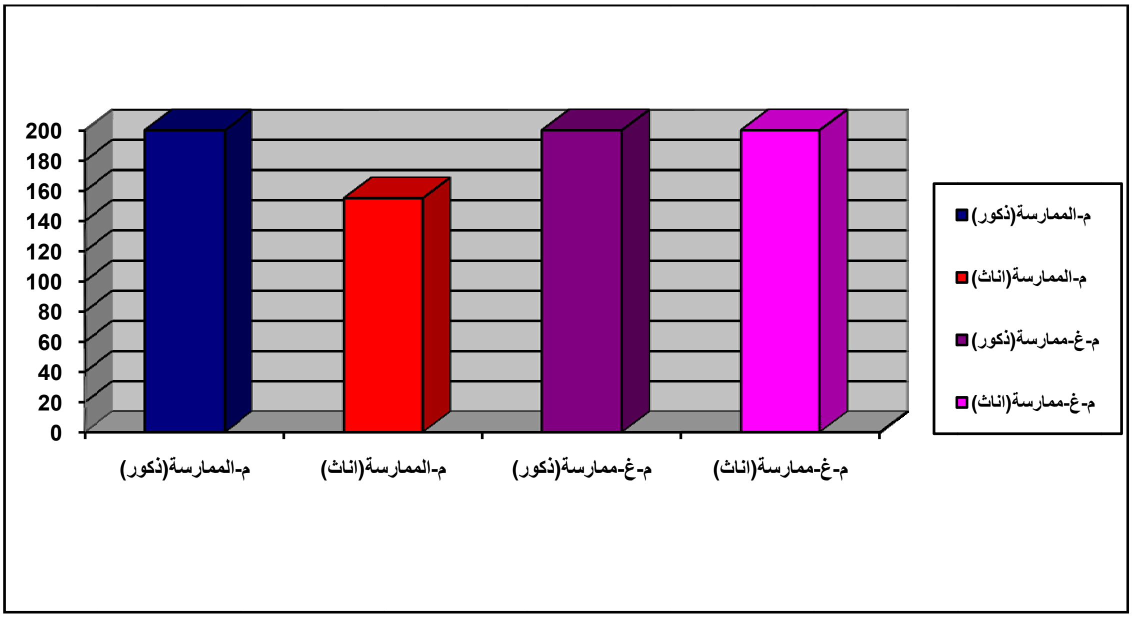
جدول رقم 01: جدول يوضح توزيع أفراد عينة الدراسة حسب الثانويات.

الرقم		01	02	03	04	05	06	07	08	09	10	11
		ثانوية ابن سيناء	ثانوية الحمادية	متقنة احدادن	ثانوية خاتري عمر	ثانوية ذبيح شريف	ثانوية محمد	ثانوية قاضي عثنان	ثانوية شعبان عمار	ثانوية كريم بلقاسم	ثانوية سوماني محمود	متقنة خراطة
المنطقة		بجاية	بجاية	بجاية	القصر	أقبو	تازمالت	تيشي	اوقاس	سوق الاثنين	خراطة	خراطة
عدد التلاميذ	ممارسين	49	48	46	43	34	24	28	22	29	34	24
	غ-ممارسين	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34
	الـموع	83	82	80	77	68	58	62	56	63	68	58

تتوزع أفراد عينة الدراسة كما يوضحه الجدول رقم 01 على الثانويات المعنية بالدراسة بالتساوي بالنسبة للمجموعة غير الممارسة (34)، في حين يختلف العدد بالنسبة للمجموعة الممارسة من ثانوية لأخرى وذلك حسب عدد التلاميذ المنتمين للفرق احدي الرياضات المعنية بالدراسة في كل ثانوية.

جدول رقم02: جدول يوضح توزيع أفراد عينة الدراسة حسب الجنس.

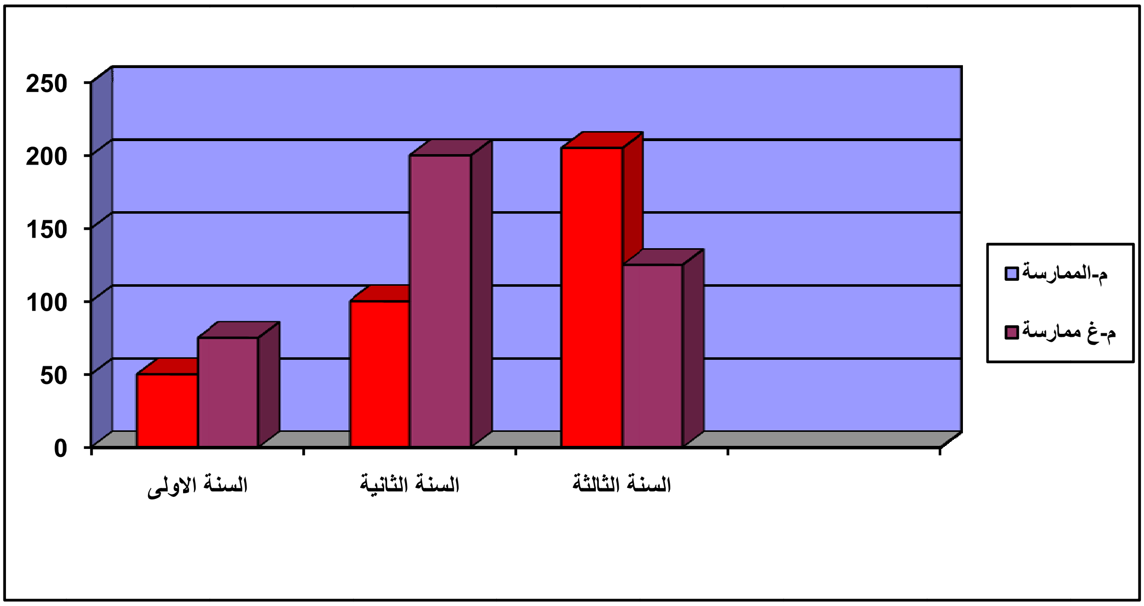
	ذكر		**أنثى**		**الموع**	
	التكرار	%	التكرار	%	التكرار	%
الموعة الممارسة	200	26.49	155	20.52	355	47.01
الموعة غير الممارسة	200	26.49	200	26.49	400	52.98
الموع	400	52.98	355	47.01	755	100



الشكل رقم: 01 يوضح توزيع أفراد عينة الدراسة حسب الجنس.

جدول رقم03:جدول يوضح توزيع أفراد عينة البحث حسب سنوات الدراسة:

	السنة الأولى		**السنة الثانية**		**السنة الثالثة**		**الموع**	
	التكرار	%	التكرار	%	التكرار	%	التكرار	%
الموعة الأولى(الممارسة)	50	06.62	100	13.24	205	27.15	355	47.01
الموعة الثانية(غ.ممارسة)	75	09.93	200	26.49	125	16.55	400	52.98
الموع	125	16.55	300	39.73	330	43.07	755	100

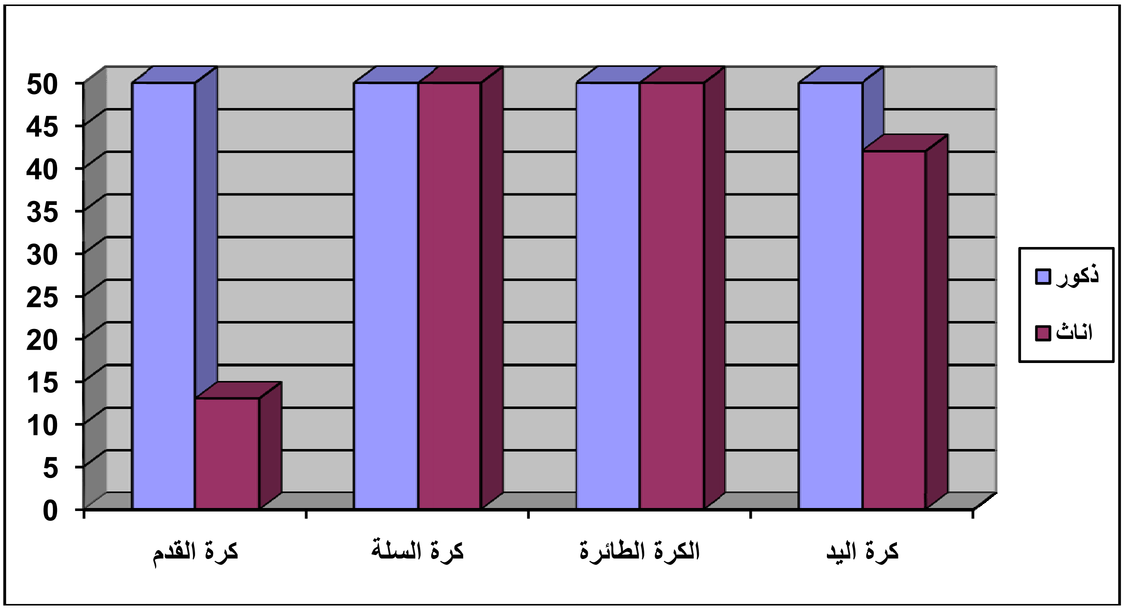


الشكل رقم02: يوضح توزيع أفراد عينة الدراسة حسب سنوات الدراسة.

جدول رقم 04:

جدول يوضح توزيع أفراد المجموعة الأولى (الممارسة) حسب نوع الرياضة الجماعية الممارسة:

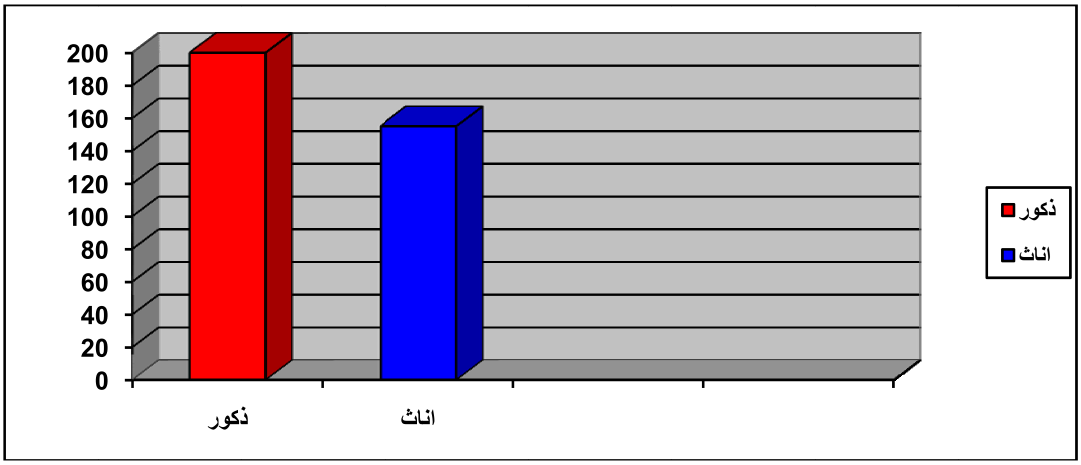
	كرة القدم		**كرة السلة**		**كرة الطائرة**		**كرة اليد**		**المجموع**	
	التكرار	%	التكرار	%	التكرار	%	التكرار	%	التكرار	%
الذكور	50	14.08	50	14.08	50	14.08	50	14.08	200	56.32
الإناث	13	03.66	50	14.08	50	14.08	42	11.83	155	43.65
المجموع	63	17.74	100	28.16	100	28.16	100	25.91	355	100



الشكل رقم 03: يوضح توزيع أفراد المجموعة الأولى (الممارسة) حسب نوع الرياضة الجماعية الممارسة.

جدول رقم05:جدول يوضح توزيع أفراد الـموعة الثانية (غير الممارسة) حسب الجنس.

	ذكر		**أنثى**		**الموع**	
	التكرار	%	التكرار	%	التكرار	%
الموعة غير الممارسة	200	56.33	155	43.66	355	100



الشكل رقم 4:يوضح توزيع أفراد الـموعة الثانية (غير الممارسة) حسب الجنس.

وتم التحقق من تكافؤ الـموعات كما سيرد ذكره لاحقا، وعن طريق القرعة تمت تسمية الـموعات.

3- متغيرات البحث وكيفية ضبطها:لقد تضمنتهذه الدراسة المتغيرات الآتية:

3-1المتغيرات المستقلة وتتمثل في**:** ممارسة نشاطات الرياضات الجماعية.

3-2 المتغير التابع ويتمثل في**:** التوافق النفسي الاجتماعي.

3-3 المتغيرات الدخيلة :يعرف المتغير الدخيل بأنه نوع من المتغير المستقل الذي لا يدخل في تصميم البحث، ولا يخضع لسيطرة الباحث، ولكن يؤثر في نتائج البحث تأثيرا غير مرغوب فيه، ولا يستطيع الباحث

ملاحظة المتغير الدخيل أو قياسه، لكنه يفترض وجود عدد من المتغيرات الدخيلة وتؤخذ بعين الاعتبار عند مناقشة النتائج وتفسيرها، وعليه يجب تحديد هذه المتغيرات والسيطرة عليها. وفيما يلي عرض لأهم المتغيرات التي تأثر في نتائج للبحث:

- الظروف الاجتماعية الصعبة التي يعيشها بعض التلاميذ، والمستوى الدراسي المتدني لهم.

وبما أن جميع تلاميذ المجموعتين ينتمون إلى نفس الوسط الاجتماعي والمدرسي و إلى عمليات النمو نفسها، قام الباحثبعزل التلاميذ ذوي السوابق التأديبية (الاطلاع على قرارات المجالس التأديبية)، مع عزل التلاميذ المعيدين. كما تم استخدام التوزيع العشوائي، وتحقيق التكافؤ في (العمر الزمني، التحصيل الدراسي،....)، كل هذه العوامل قللت من تأثير هذه المتغيرات في المتغير التابع.

4- وسائل جمع البيانات:

لغرض تحقيق أهداف البحث المتمثلة في قياس التوافق النفسي الاجتماعي لدى تلاميذ التعليم الثانوي، اعتمد الباحث على اختبارين: الأول يتمثل في اختبار الشخصية للمرحلة المتوسطة والثانوية، والثاني يتمثل في مقياس تعديل السلوك الرياضي. وفيما يلي عرض مختصر للأدوات المستعملة :

4-1اختبار الشخصية للمرحلة المتوسطة و الثانوية :

4-1-1هدف الاختبار: يهدف اختبار الشخصية للمرحلة المتوسطة والثانوية إلى تحديد أهم النواحي لشخصيات المراهقين من تلاميذ المدارس الإعدادية و الثانوية، وهي النواحي التي تدخل في نطاق التوافق الشخصي و الاجتماعي و التوافق العام (الشخصي والاجتماعي).

وبذاك فإن هذا الاختبار أداة أساسية لبحثنا الحالي، لكونه يشتمل على بنود تقيس التوافق ببعديه: الشخصي و الاجتماعي، الذي نسعى إلى معرفته لدى تلاميذ مرحلة التعليم الثانوي.

وقد اعد عطية محمد هنا هذا الاختبار ليناسب البيئة المصرية، وقد أخذه من اختبار كاليفورنيا للشخصية – المرحلة المتوسطة- California test of personality intermediate series، الذي وضعه كل من "كلارك" calarckWillis،وتيجز Ernest .W.،وثورب Lowis.P.Thorp ، ويذكر معد الاختبار أن هذا الاختبار يمكن استعماله في عدة نواحي، كالكشف عن توافق المراهق مع نفسه و مع غيره ومع مشكلاته، والظروف التي تواجهه، وكذا عن مدى إرضاء الأسرة المدرسية، والبيئة التي يعيش فيها المراهق لحاجته الأساسية، وكذا في البحوث والدراسات المتعلقة بالمراهق، وطريقة تنشئته وبنواحي الضعف أو القوة في النظم المدرسية السائدة، وذلك بمقارنة مجموعات المراهقين الذين يخضعون لنظم مدرسية متباينة[1].وهكذا فإن أهمية هذا الاختبار تزداد بالنسبة لدراستنا الحالية، إذا علمنا أننا تقوم على أساس مقارنة التلاميذ الممارسين للرياضات الجماعية في النوادي الرياضية بزملائهم الغير الممارسين في التوافق النفسي الاجتماعي. وبذاك فإن

[1]-عبد الكريم قريشي- **علاقة الاختلاط** في **التعليم بالتوافق النفسي الاجتماعي**-جامعة عين شمس، القاهرة، 1988 ص:71

هذا الاختبار أداة أساسية لبحثنا الحالي، لكونه يشتمل على بنود تقيس التوافق ببعديه: الشخصي و الاجتماعي، الذي نسعى إلى معرفته لدى طلاب التعليم الثانوي.

2-1-4أبعاد الشخصية التي يقيسها الاختبار[1]: يتكون اختبار الشخصية للمرحلة الثانوية من قسمين: القسم الأول يتناول التوافق الشخصي، أما القسم الثاني فيتناول التوافق الاجتماعي.القسم الأول: التوافق الشخصي: ويقوم علي أساس الشعور بالأمن الذاتي أو الشخصي، وهو يتضمن النواحي الآتية:

أ- اعتماد المراهق على نفسه:أي ميل المراهق إلى القيام بما يراه من عمل دون أن يطلب منه القيام بذلك، ودون استعانة بغيره، وكذلك قدرته على توجيه سلوكه دون أن يخضع في ذلك لأحد غيره، والمراهق المعتمد على نفسه يكون عادة قادرا على تحمل المسؤولية، كما أنه يكون عادة على قدر كبير من الثبات الانفعالي.

ب-إحساس المراهق بقيمته:أي شعوره بتقدير الآخرين له، وبأنهم يرون أنه قادر على النجاح، وشعوره بأنه قادر على القيام بما يقوم به غيره من الناس، وبأنه محبوب، وأنه مقبول من الآخرين.
ج- شعور المراهق بحريته:أي شعوره بأنه قادر على توجيه سلوكه، وبأن له الحرية في أن يقوم بتقرير سلوكه، و أن يستطيع أن يضع خططه في المستقبل، ويتمثل هذا الشعور في ترك الفرصة للمراهق في أن يختار أصدقاءه، و أن يكون له مصروف خاص به.
د- شعور المراهق بالانتماء:أي شعوره بأنه يتمتع بحب والديه وأسرته، وبأنه مرغوب فيه من زملائه، وبأنهم يتمنون له الخير، ومثل هذا المراهق على علاقات حسنة بمدرسيه، ويفخر بمدرسته عادة.
ه- تحرر المراهق من الميل إلى الانفراد: أي أنه لا يميل إلى الانطواء والانعزال، ومثل هذا المراهق لا يستبدل النجاح الوهمي في الحياة والتمتع به، بالنجاح التخيلي أو الوهم، والشخص الذي يميل إلى الانفراد يكون عادة حساسا وحيدا مستغرقا في نفسه.
و- خلو المراهق من الأعراض العصابية: أي أنه لا يشكوا من الأعراض و المظاهر التي تدل على الانحراف النفسي، كعدم القدرة على النوم بسبب الأحلام المزعجة والخوف، أو الشعور المستمر بالتعب، أو البكاء الكثير، و غير ذلك من الأعراض العصابية.
القسم الثاني: التوافق الاجتماعي:ويقوم على أساس الشعور بالأمن الاجتماعي، وهو يتضمن النواحي التالية:
أ-اعتراف المراهق بالمستويات الاجتماعية:أي أنه يدرك حقوق الآخرين وموقفه حيالهم، كذلك يدرك ضرورة إخضاع بعض رغباته بحاجات الجماعة، وبعبارة أخرى أنه يعرف ما هو صواب، و ما هو خطأ من وجهة نظر الجماعة، كما أنه يتقبل أحكامها برضاء.

---
[1]-محمد عطية هنا - **اختبار الشخصية للمرحلة المتوسطة والثانوية**- دار القلم، الكويت، بدون سنة، ص 06

ب- اكتساب المراهق للمهارات الاجتماعية: أي أنه يظهر مودته نحو الآخرين بسهولة، كما أنه يبذل راحته وجهده وتفكيره ليساعدهم وسيرهم، ويتصف هذا المراهق بأنه لبق في معاملاته مع معارفه ومع القرناء، ومثل هذا الشخص يتميز بأنه ليس أنانيا، يرعى الآخرين ويساعدهم.

ج- تحرر المراهق من الميول المضادة للمجتمع:أي أنه لا يميل إلى التشاحن مع الآخرين أو العراك معهم، أو العصيان للأوامر، أو تدمير ممتلكات الغير، وهو كذلك لا يرضي رغباته على حساب الآخرين، كما أنه عادل في معاملاته لغيره.

د- علاقة المراهق بأسرته: أي أنه على علاقة طيبة مع أسرته، ويشعر بأن الأسرة تحبه وتقدره، وتعامله معاملة حسنة, كما يشعر في كنفها بالأمن واحترام أفراد أسرته له، وهذه العلاقات لا تتنافى مع ما للوالدين من سلطة عادلة على المراهق وتوجيه سلوكه.

ه- علاقة المراهق في المدرسة: أي أن المراهق متوافق مع مدرسته، فهو يشعر بأن مدرسيه يحبونه، ويتمتع بزمالة قرنائه، ويجد أن العمل المدرسي يتفق مع مستوى نضجه وميوله، وهذه العلاقات الطيبة تتضمن شعور الفرد بأهميته، وقيمته في المعهد الذي يتعلم فيه.

و- علاقة المراهق في البيئة المحلية : أي أن المراهق متوافق في البيئة المحدودة التي يعيش فيها، يشعر بالسعادة عندما يكون مع جيرانه، وهو يتعامل معهم دون شعور سلبي أو عدواني، كما يحترم القواعد التي تحدد العلاقة بينه وبينهم، وكذلك يهتم بالوسط الذي يعيش فيه. [1]

3-1-4صدق المقياس وثباته :

4-1- 3-1الصدق:هناك طرق عديدة لقياس صدق الاختبار وقد اعتمد الباحث على**:**

الصدق الظاهري للمقياس: تم عرض المقياس على مجموعة من ذوي الخبرة والاختصاص (متخصصين في العلوم التربوية والنفسية، وعلم النفس الرياضي. لغرض التعرف على صدق الفقراتمن حيث الصياغة والملائمة، ومن حيث البدائل (باعتبار أن المقياس أعد ليناسب البيئة المصرية)،حيث أشار السادة الخبراء قبول واعتماد كل بنود وفقرات المقياس، مع الإشارة إلى استبدال المصطلحات التالية:

بعد أخذ آراء الخبراء ومقترحاتم في تعديل الاختبار بجوانبه المختلفة، تم التأكد من صلاحية التعديلات التي أجراها الباحث على عبارات الاختبار وذلك عن طريق المقابلة الشخصية مع عدد من الخبراء ومناقشة التعديلات، واتفق الخبراء بنسبة (100 %) على صلاحية الصورة المعدلة للاختبار.

[1]-محمد عطية هنا – مرجع سابق ص06

2-3-1-4ثبات الاختبار: فيما يتعلق بثبات الاختبار، وجد واضعو الاختبار أن معامل الثبات باستخدام طريقة التجزئة الصفية بعد التصحيح باستخدام معادلة "سبيرمان- براون" مع 792 تلميذا هي:

- الاختبار بأكمله: التوافق العام:0,932.
- القسم الأول: التوافق الشخصي: 0,898.
- القسم الثاني: التوافق الاجتماعي: 0,893. [1]

وفي دراستنا هذه فقد استخرج الباحث ثبات المقياس بطريقة إعادة الاختبار، إذ طبق المقياس على عينة بلغت (30)تلميذا استبعدوا من العينة الأصلية من ثانوية الحمادية ببجاية،وقد كان التطبيق الثاني بعد مرور ثلاثة أسابيع، و حصلنا على معاملات الثبات التالية:

القسم الأول : التوافق الشخصي	معاملات الثبات	القسم الثاني : التوافق الاجتماعي	معاملات الثبات
الاعتماد على النفس	0,555	المستويات الاجتماعية	0,501
الإحساس بالقيمة الذاتية	0,904	المهارات الاجتماعية	0,727
الشعور بالحرية	0,778	التحرر من الميول المضادة للمجتمع	0,506
الشعور بالانتماء	0,735	العلاقات في الأسرة	0,444
التحرر من الميل إلى الانفراد	0,441	العلاقات في المدرسة	0,756
الخلو من الأعراض العصابية	0,115	العلاقات في البيئة المحلية	0,783
مجموع القسم الأول: التوافق الشخصي	0,889	مجموع القسم الثاني: التوافق الاجتماعي	0,809
مجموع القسمين : الشخصي و الاجتماعي			0,866

- **جدول رقم (06): ي**وضح معاملات الثبات لأقسام الاختبار بطريقة إعادة تطبيقه على 30 تلميذ وتلميذة.

- جميع هذه المعاملات دالة إحصائيا عند مستوى(0.01) باستثناء البند السادس من القسم الأول (الخلو من الأعراض العصابية)، و بالتالي هذه المعاملات مرتفعة بالقدر الذي يسمح لنا بقبولها و اعتبار الاختبار ثابتا.

4-1-4 لإجراءات المطبقة :يمكن تلخيص مختلف الإجراءات فيما يلي:

[1]-محمد عطية هنا – مرجع سابق ، ص 06

- بعد الانتهاء من تطبيق الاختبار، قمنا بتصحيحه بالاستعانة بمفتاح التصحيح الوارد في كراسة الاختبار، و ذلك بإعطاء درجة الإجابة التي تتوافق مع مفتاح التصحيح، وبما أن كل بند من قسمي الاختبار يحتوي على 15عبارة، و بذلك كانت أقصى درجة تحصل عليها التلميذ في أي جزء من الأجزاء الفرعية للاختبار هي 15، وبجمع درجات القسم الأول نحصل على درجة التلميذ في القسم الأول للاختبار، وهي درجته في (التوافق الشخصي)، وبنفس الطريقة نستطيع الحصول على درجة التلميذ في القسم الثاني، وهو(التوافق الاجتماعي)، أما بالنسبة للتوافق العام فهو عبارة عن مجموع درجات القسمين الأول والثاني.

بعد ذلك قمنا بتحويل هذه الدرجات الخام إلى درجات مبينة، (باستخدام جداول المعايير الواردة في نهاية كراسة الاختبار).

2-4مقياس السلوك التربوي الرياضي:

وهو من إعداد الباحثة آلاء عبد الله حسين علي من كلية التربية الرياضية بجامعة الموصل سنة 2003.خلال إعدادها لأطروحة الدكتوراه في فلسفة التربية الرياضية.

ويقدم المقياس في شكل مجموعة من المواقف(78موقفا) التي قامت الباحثة بصياغتها انطلاقا من ترجمة قرارات التلاميذ السلوكية إلى مواقف، وذلك في المجالات الثلاثة التي يتكون منها المقياس وهي:

1. مجال السلوك التربوي الرياضي داخل حصة التربية البدنية والرياضية.
2. مجال السلوك التربوي الرياضي والنشاط الرياضي الداخلي (داخل المدرسة).
3. مجال السلوك التربوي الرياضي والنشاط الرياضي الخارجي (خارج المدرسة).

وتم صياغة (78) موقفا تربويا رياضيا، ولكل موقف ثلاثة قرارات صحيحة (أ)، (ب)، (ج) وأحدها يمثل البديل الأصح، أو الذي يمثل أفضل سلوك تربوي رياضي.

وقد حددت الإجابةبوضع علامة (√) على الإجابة التي يختارها التلميذ على وفق ما يعتقد ويفضل، وهذا يضع التلميذ أمام مواقف افتراضية، وما عليه إلا أن يختار على وفق ما يعتقد ويتصرف.

1-2-4**صدق المقياس**

اعتمد الباحث لبيان صدق المقياس على الصدق الظاهري، وذلك بعرض المقياس على عدد من الخبراء في مجال التربية البدنية و الرياضية ومجال التربية وعلم النفس، وطلب منهم الاطلاع على مواقف المقياس وبيان مدى صلاحية المواقف لقياس السلوك التربوي الرياضي ومدى ملاؤمتها لمستوى تلاميذ المرحلة الثانوية، فضلاً عن التحقق من صلاحية الموقف أو عدم صلاحيته، أو حاجته إلى تعديل مع تدوين أي تعديل،ومدى ملائمة القرارات لمواقف السلوك التربوي الرياضي.

وقد حصل الباحث على بعض التغيير على بعض المواقف ولم يحصل أي تغيير على مواقف أخرى، وتم حذف مجالا واحدا من المجالات الثلاثة المكونة للمقياس، وهو المجال الخاصب السلوك التربوي الرياضي خلال النشاط الرياضي الخارجي (خارج المدرسة)،باعتبار أن هذا المجال لا يتناسب مع المجموعة الثانية (غير الممارسة) التي

تقتصر ممارستها فقط على الأنشطة الرياضية داخل حصة التربية البدنية والرياضية و خلال النشاط الرياضي الداخلي(داخل المدرسة).

وعليه أصبح المقياس يضم 49 موقفا سلوكيا بدل 75 موقفا بعدما تم حذف المواقف السلوكية للمجال الثالث بالشكل التالي:

- مجال السلوك التربوي الرياضي داخل حصة التربية البدنية والرياضية : ويضم 27 موقفا سلوكيا.
- مجال السلوك التربوي الرياضي والنشاط الرياضي الداخلي (داخل المدرسة) ويضم 22 موقفا سلوكيا .

كما أشار المحكمين إلى استبدال بعض المصطلحات التي قد تشكل نوع من الغموض لدى التلاميذ، كما هو الحال بالنسبة لاختبار الشخصية للمرحلة المتوسطة والثانوية وهي استبدال كلمة فصل بكلمة قسم، وكلمة طالب بتلميذ.

4-2-2ثباتالمقياس:

يعد الثبات من متطلبات إعداد أي مقياس لأنه يؤشر استقرار القرار في القياس، ذلك لأن الثبات يشير إلى الحصول على النتائج نفسها تقريبا، التي يحققها المقياس إذا ما أعيد تطبيقه بعد فترة زمنية على الأفراد نفسهم وعلى وفق التعليمات نفسها.[1]

وقد استخرج الباحث في هذا البحث ثبات المقياس بطريقة إعادة الاختبار إذ طبق المقياس على عينة بلغت (30) تلميذا استبعدوا من العينة الأصلية من ثانوية الحمادية ببجاية،وقد كان التطبيق الثاني بعد مرور ثلاثة أسابيع،وبلغت قيمته معامل الارتباط (0.85)، وتشير هذه النسبة إلى درجة عالية من الثبات.

4-2-3 تصحيح المقياس: يقصد بتصحيح المقياس وضع درجة لاستجابة كل تلميذ على كل موقف من مواقف المقياس. واعتمدت الباحثة (معدة المقياس) في هذا المقياس طريقة الاختيار من متعدد، وهو اختيار واحد من بين ثلاثة قرارات، وهذه القرارات تتفاوت في درجة صحتها، وعلى المفحوص أن يختار أفضلها وأكثرها دقة. أما أوزان القرارات فقد اتبعت الباحثة أسلوب إعطاء أوزان للقرارات على شكل دوري،إذ يتغير وزن القرار مع كل موقف، فوضعت ثلاثة درجات تقيس السلوك التربوي الرياضي من (1-3) درجات حسب مستويات السلوك (منخفض،متوسط،مرتفع).

مثلا في الموقف الأول يعطى للقرار (أ) درجتان، و (ب) يعطى درجة واحدة، أما القرار (ج) فيعطى ثلاث درجات.وفي الموقف الثالث يعطى القرار (أ) ثلاثة درجات، و (ب) يعطى درجتان، أما القرار (ج) فيعطى درجة واحدة. وهكذا مع بقية المواقف على التوالي، وكما هو موضح في الملاحق (ملحق 03).

---

[1]-مصطفى محمود الإمام ، وآخرون -**التقويم والقياس**- دار الحكمة للطباعة والنشر ، بغداد ، 1990 .ص149

4-2-4-الإجراءات المطبقة: قام الباحث بالخطوات التالية:

- اطلع الباحث على ملفات التلاميذ الذين يمثلون عينة البحث في الثانويات المعنية في الدراسة، فقام باختيار (800) تلميذ و تلميذة ممن تتوفر فيهم الشروط التالية:

- يتراوح أعمارهم ما بين (16-19) سنة.

- استبعاد حالات أبناء الأسر المتصدعة بسبب وفاة أحد الوالدين، أو كلاهما، أو بسبب الطلاق، أوبسببزواج الأب بغير.قام الباحث من خلال مساعدة أساتذة التربية البدنية والرياضية للثانويات المعنية بتوزيع المقياسين كل على حدا حسب البرنامج التالي:

- توزيع اختبار الشخصية للمرحلة المتوسطة والثانوية على المجموعة الممارسة من2009/4/05إلى2009/4/30.

- توزيع مقياس السلوك التربوي الرياضي على المجموعة الممارسة من2009/4/05إلى2009/4/30

وقد تم تطبيق المقياسين على عينة البحث للفترة من 2009/4/05 والى غاية 2009/4/30. ومن خلال تصحيح إجابات المفحوصين، تم استبعاد(45) استمارة من مجموع استمارات العينة، لعدم استيفاء الإجابة عليها، وبذلك أصبح عدد الاستمارات التي تمت معالجتها إحصائيا (755) استمارة.

5- مجالات البحث:

5-1 المجال البشري : تلاميذ وتلميذات التعليم الثانوي بمستوياتا الثلاثة الذين تم اختيارهم من بعض ثانويات ولاية بجاية.

5-2 المجال الزماني : امتدت الدراسة الميدانية لهذه الدراسة من بداية شهر ديسمبر 2008 إلى أواخر شهر ماي 2009.

5-3 المجال المكاني : بعض الثانويات بولاية بجاية.

6-الأدوات الإحصائية المستعملة:

6-1حزمةالبرامجالإحصائية :

SPSSتمتلمعالجةالبياناتعنطريقةعرضالنتائجبالأسلوبالكميعنطريقحزمةالبرامجالإحصائيةSPSS14.0 حيث تمت معالجة مايلي:

حساب ثبات وصدق كلمن: اختبار الشخصية للمرحلة المتوسطة والثانوية و مقياس السلوك التربوي الرياضي.

- حساب الفروق الإحصائية بين المجموعتين (الممارسة وغير الممارسة) في التوافق العام وأبعاده.

- حساب الفروق الإحصائية بين الموعتين (الممارسة وغير الممارسة) فيما يخص السلوك التربوي الرياضي.
- حساب الفروق الإحصائية بين أفراد الموعة الممارسة حسب نوع الرياضة الجماعية الممارسة في التوافق العام وأبعاده.
- حساب الفروق الإحصائية بين أفراد الموعة الممارسة حسب الجنس في التوافق العام وأبعاده.

-6

2النسبة المئوية: استخدمالباحثالنسبةالمئويةلتحويلالأرقامفيعينةالبحثإلىنسبمئوية، وتمحسا بذهالأخيرةبالطريقةالتالية :النسبة المئوية=حجم العينة× 100 / مجموع العينة.

الفصل الثاني:

عرض ومناقشة نتائج الدراسة الميدانية

تمهيد:

بعد أن تعرض الباحث في الفصل السابق إلى منهج الدراسة، وكذا عينة البحث وكيفية اختيارها، وكذا أدوات الدراسة وحدودها، والأساليب الإحصائية المستخدمة فيها، اتجه إلى الدراسة الأساسية لهذه الدراسة، والتي من خلالها يتم التوصل إلى الأهداف التي وضعت في بداية البحث بعرض النتائج المتوصل إليها في هذه الدراسة، من خلال تطبيق أدوات البحث السالفة الذكر.

1- دراسة الفروق الإحصائية بين الممارسين لنشاطات الرياضات الجماعية وغير الممارسين في التوافق النفسي العام وأبعاده.

1-1 دراسة الفروق الإحصائية بين الممارسين لنشاطات الرياضات الجماعية وغير الممارسين في التوافق الشخصي.

1-1-1 دراسة الفروق الإحصائية بين الممارسين لنشاطات الرياضات الجماعية وغير الممارسين فيما يخص الاعتماد على النفس.

جدول رقم07: يبين المتوسط الحسابي والانحراف المعياري للتلاميذ الممارسين وغير الممارسين للرياضات الجماعية، قيمة -ت- ومستوى دلالة الفروق فيما تخص الاعتماد على النفس.

القيمة / المتغيرات	المجموعة الممارسة		المجموعة غير الممارسة		قيمة – ت- ومستوى دلالة الفروق		اتجاهات الفروق لصالح	
	م1	ع1	م2	ع2	قيمة- ت-	مستوى الدلالة	الممارسين	غير الممارسين
الاعتماد على النفس	13.25	1.62	9.14	0.34	49.44	دال	الممارسين	/

من خلال نتائج الجدول (07) يتضح أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين التلاميذ الممارسين للرياضات الجماعية وغير الممارسين فيما يخص الاعتماد على النفس، وهذا لصالح المجموعة الممارسة، ويتضح ذلك من خلال قيمة -ت- المحسوبة(49.44)، وتعني هذه النتائج أن هناك علاقة جوهرية بين ممارسة التلاميذ للرياضات الجماعية و اعتمادهم على أنفسهم.

وقد أشار حسن علاوي في هذا الصدد إلى أن اللاعب الرياضي الذي يتسم بده السمة يتسم بالثقة الواضحة في نفسه، وفي قدراته ومهاراته يكون لديه مفهوم ايجابي عن ذاته، يتصف بالصدق والواقعية، ولا يبدو عليه القلق أو التردد أو الخوف في المواقف غير المتوقعة، كما يحب التحدث عن أفكاره وبعض وجهة نظره سواء للمدرب أو اللاعبين الآخرين.كما انه يتقبل النقد من مدربه بصدر رحب، ولديه دافعية عالية للانجاز، والتفوق كما يستطيع اتخاذ القرارات بسرعة وسهولة.[1]

---

[1]-محمد حسن علاوي-**مدخل** في **علم النفس الرياضي**- مركز الكتاب للنشر، ط4القاهرة 2004 ص 168

2-1-1 دراسة الفروق الإحصائية بين الممارسين لنشاطات الرياضات الجماعية وغير الممارسين فيما يخص الإحساس بالقيمة الذاتية.

جدول رقم08: جدول يبين المتوسط الحسابي والانحراف المعياري للتلاميذ الممارسين وغير الممارسين للرياضات الجماعية، قيمة –ت- ومستوى دلالة الفروق فيما تخص الإحساس بالقيمة الذاتية.

القيمة	**الموعة الممارسة**		**الموعة غير الممارسة**		**قيمة – ت- ومستوى دلالة الفروق**		**اتجاهات الفروق لصالح**	
المتغيرات	**م1**	**ع1**	**م2**	**ع2**	**قيمة- ت-**	**مستوى الدلالة**	**الممارسين**	**غير الممارسين**
الإحساس بالقيمة الذاتية	13.58	02.41	09.68	0.70	30.86	دال	الممارسين	**/**

من الجدول (08) يتضح وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين أفراد عينة البحث فيما يخص الإحساس بالقيمة الذاتية إذ كانت قيمة (ت) المحسوبة (30.86)، وهي أكبر من قيمة(ت) الدولة، والتي قيمتها (01.96). وكانت هذه الفروق لصالح التلاميذ الممارسين للرياضات الجماعية.

وتعني هذه النتائج أن هناك علاقة بين مارسة التلاميذ للرياضات الجماعية وثقتهم بأنفسهم، وهو ما يتفق مع ما أشارت إليه بعض الدراسات التي أثبتت أن هناك علاقة بين تصور الإنساني لنفسه وتحصيله في حياته سواء التحصيل الأكاديمي أو الرياضي مثل " دراسة- جونسون- 1964، وكورول- 1967، فحسب هذه الدراسة فان تصور الذات أو مفهوم الذات الجيد تجعل الفرد أكثر ثقة وأمنا في معاملاته مع الآخرين، وفي الأعمال التي يقوم با، وهذا يظهر بوضوح في الثقة بالنفس والاقتناع بالنفس التي تظهر لدى الرياضيين الناجحين في نتائج تقييمهم لتصور أنفسهم أو مفهومهم عن أنفسهم أو ذواتم" [1].

كما أشار أمين أنور الخولي إلى أن الفرد من خلال مروره بخبرات النجاح والفشل في غضون مارسة للألعاب والرياضة، تعمل هذه الخبرات على توسيع مداركه وربط مفاهيمه وتطلعاته بواقعة، وتعمل على زيادة إدراكه لحدوده البدنية وبشكل غير مغالى فيه، ما ينضج شخصيته الاجتماعية ويكسبه الثقة في نفسه. [2]

ويرى روجرز أن التوافق النفسي يتم عندما يكون مفهوم الذات متفقا مع كل خبرات الكائن الحي ويرتبط مفهوم الذات الموجب في نظريته ارتباطا ايجابيا بالتوافق النفسي السليم وبالتالي فان أي خلل في مفهوم الذات يمكن أن يؤخذ بثقة على انه من أعراض سوء التوافق النفسي.[3]

1- محمد حسن علاوي- **مدخل** في **علم النفس الرياضي**، مرجع سابقص: 317

2- أمين أنور الخولي –**الرياضة والمع** - مرجع سابق ص: 87

3- إبراهيم احمد أبوزيد - **سيكولوجية الذات والتوافق**- دار المعرفية الجامعية، الإسكندرية، 1987ص 356

ويذكر حامد زهران أن التوافق هو السلوك الذي يتفق مع مفهوم الذات والمعايير الاجتماعية، فإذا لم يتفق السلوك مع بنية الذات والمعايير الاجتماعية أي عند حدوث تعارض فانه يحدث عدم التوافق.[1]

وعند الحديث عن العلاقة المعنوية بين الإحساس بالقيمة الذاتية وممارسة الرياضة. يرى الباحث بان المنافسات الرياضية تتطلب ضرورة استخدام الفرد لأقصى قواه وقدراته النفسية والبدنية لمحاولة تسجيل أحسن مستوى ممكن، وتعتبر هذه الناحية من أهم مميزات المنافسات الرياضية التي تأثر في شخصية الفرد تأثيرا تربويا، وتسهم في تطوير وتنمية الكثير من خصائصه وسماته النفسية، وبخاصة السمات الخلقية والإرادية.

3-1-1 دراسة الفروق الإحصائية بين الممارسين لنشاطات الرياضات الجماعية وغير الممارسين فيما يخص الشعور بالحرية.

جدول رقم09: يبين المتوسط الحسابي والانحراف المعياري للتلاميذ الممارسين وغير الممارسين للرياضات الجماعية، قيمة –ت- ومستوى دلالة الفروق فيما تخص الشعور بالحرية.

القيمة	المجموعة الممارسة		المجموعة غير الممارسة		قيمة – ت- ومستوى دلالة الفروق		اتجاهات الفروق لصالح	
المتغيرات	م1	ع1	م2	ع2	قيمة- ت-	مستوى الدلالة	الممارسين	غير الممارسين
الشعور بالحرية	13.46	02.69	09.08	0.44	32.04	دال	الممارسين	/

من خلال نتائج الجدول (09) يتضح أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين التلاميذ الممارسين للرياضات الجماعية وغير الممارسين فيما يخص الشعور بالحرية، وهذا لصالح المجموعة الممارسة، ويتضح ذلك من خلال قيمة -ت- المحسوبة(32.04) وتعني هذه النتائج أن هناك علاقة جوهرية بين ممارسة التلاميذ للرياضات الجماعية والشعور بالحرية لديهم.

فكما أشرنا في الجانب النظري فإن الرياضات الجماعية تمتاز بالحرية في اللعب الفردي، فاللاعب أثناء المباريات ورغم ارتباطه بزملائه في الفريق وبالهدف المشترك إلا أنه يملك حرية أكبر في اللعب الفردي والإبداع في الأداء المهاري، فهو ليس مرتبط بأداء تقني ثابت كما هو الحال في أغلب الرياضات الفردية، وهو ما ينمي لديه روح المبادرة. والتي يتخذ من خلالها القرارات بكل مسؤولية، وكل هذا يعود التلميذ اتخاذ قراراته بكل شجاعة في مختلف المواقف التي يصادفها في حياته اليومية، عكس ما هو الحال بالنسبة للتلاميذ غير الممارسين للرياضات الجماعية الذين يفتقرون لمثل هذه الفرص.

[1]-حامد عبد السلام زهران - **التوجيه والإرشاد النفسي**- ط2 عالم الكتاب بالقاهرة 1978 ص85

ويرى في هذا الصدد الدكتور حسن علاوي أن الرياضي الذي يتسم بالاستقلالية يستطيع تحمل المسؤولية ومواجهة ما قد يقوم به من أخطاء بشجاعة ومحاولة بذل الجهد لتصحيح تلك الأخطاء.كما يتميز بالجدية في التفكير والسلوك، ويمكن الاعتماد عليه في العديد من المواقف سواء في التدريب أو المنافسات بالإضافة إلى قدرته وشجاعته في إبداء رأيه.

كما أشار أيضا الدكتور حسن علاوي إلى أن اللاعب الرياضي الذي يتسم بالاستقلالية يستطيع تغيير وتعديل سلوكه دون مساعدة الآخرين، أو بأقل قدر من المساعدة والتوجيه والإرشاد الخارجي. ويكون بمقدوره الاستقلال بالرأي وعدم تقليد سلوك الآخرين تقليدا أعمى بلا وعي أو تفكير.

في حين يلاحظ على اللاعب الذي يفتقد إلى هذه السمة عدم اتصافه بالمرونة الكافية، وعدم الإفادة الكاملة من خبراته السابقة، وعدم القدرة على التكيف مع المواقف المتغيرة، أو تعديل سلوكه بصورة مبدعة بما يتناسب مع هذه المواقف المتغيرة.[1]

4-1-1 دراسة الفروق الإحصائية بين الممارسين لنشاطات الرياضات الجماعية وغير الممارسين فيما الشعور بالانتماء.

جدول رقم10: يبين المتوسط الحسابي والانحراف المعياري للتلاميذ الممارسين وغير الممارسين للرياضات الجماعية، قيمة –ت- ومستوى دلالة الفروق فيما تخص الشعور بالانتماء.

القيمة / المتغيرات	الموعة الممارسة		الموعة غير الممارسة		قيمة – ت- ومستوى دلالة الفروق		اتجاهات الفروق لصالح	
	م1	ع1	م2	ع2	قيمة- ت-	مستوى الدلالة	الممارسين	غير الممارسين
الشعور بالانتماء	**13.77**	**02.20**	**09.08**	**0.44**	**41.68**	دال	الممارسين	**/**

من الجدول (10) يتضح وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين أفراد عينة البحث فيما يخص سمة الشعور بالانتماء إذ كانت قيمة (ت) المحسوبة (41.68)، وهي أكبر من قيمة (ت) الدولة.وكانت هذه الفروق لصالح التلاميذ الممارسين للرياضات الجماعية.وتتفق هذه النتائج مع ما أشار إليه الدرمان alderman حيث أوضح العلاقة الوثيقة بين قابلية الفرد للاندماج ومدى إشباع حاجاته إلى الانتماء من خلال النشاط البدني. فالفرد الاجتماعي حسبه (المندمج اجتماعيا) غالبا ما يكون رياضيا، ومتميزا بالحيوية والنشاط والحضور الذهني والعاطفي، بينما اغلب المنطوين على أنفسهم من أصحاب الأبدان القميئة والمهارات الحركية الضعيفة.[2]

و أكد عاطف محمد غيث أن انتماء الفرد للجماعة يتحقق من خلال العوامل التالية:

---

[1]محمد حسن علاوي- **مدخل** في **علم النفس الرياضي**- مرجع سابق ص 159،160

[2]أمين أنور الخولي- **الرياضة والمجتمع**- مرجع سابق ص 244-245

- إشباع احتياجاته من خلال الجماعة. - استعداده للقيام بدور كعضو في الجماعة.

- ثقة الفرد في اشتراك مفاهيمه مع مفاهيم الجماعة.[1]

فاللاعب الذي يكتسب اتجاهات مقبولة نحو فريقه أو ناديه، كالفخر والولاء سيعمل على تحسين مكانته من خلال تحسين دوره الاجتماعي مما يدفع زملاءه اللاعبين إلى القيام بادوار مماثلة، وهذا يعزز التماسك ووحدة الفريق، غير أن الدور الأكبر في توفير هذا المناخ الاجتماعي السليم يتوقف على المربي والقائد الرياضي، وتدرج عملية الولاء من النادي إلى القرية أو المدينة فالمحافظة أو المنطقة التي يتبعها إلى أن تصل به إلى الولاء لوطنه والانتماء له[2].وحسب رأينا فإن التفاعل الاجتماعي الذي تحققه ممارسة الرياضات الجماعية لدى المراهقين، يجعلهم يميلون إلى الممارسة الجماعية لمختلف الأنشطة الرياضية، والثقافية في الثانوية، وكذا انتمائهم إلى جماعة رياضية معينة ينمي فيهم الشعور بالانتماء، وهو ما يجعلهم يرغبون دائما في المشاركة مع زملائهم في مختلف الأنشطة الثقافية والرياضية.فمن نتائج انتماء الفرد إلى الفريق الرياضي ،(باعتباره جماعة صغيرة ومنسقة ومترابطة تقوم على أسس سليمة)أن يصبح ما يرغب الفرد في عمله هو نفس ما يدركه،باعتباره مطلبا ناتجا عن دوره الاجتماعي ، فإذا ما خرج من الملعب إلى الواقع الحياتي والاجتماعي (باعتباره إطارا مرجعيا عاما)فان انتماءه لهذا الواقع يتوقف على اعتقاده بأنه صاحب دور في هذا الواقع ، ولعل هذه العملية أشبه ما تكون بأسلوب السيكو الدراما، حيث توظف الدراما (التمثيل) في مساعدة أصحاب المشكلات النفسية في التخلص منها غير أن أرضية الملعب تعطي الفرد شعورا أكثر واقعية من ذلك الذي يشعر به وهو واقف يمثل.

5-1-1 دراسة الفروق الإحصائية بين الممارسين لنشاطات الرياضات الجماعية وغير الممارسين فيما يخص التحرر من الميل إلى الانفراد.

جدول رقم11: يبين المتوسط الحسابي والانحراف المعياري للتلاميذ الممارسين وغير الممارسين للرياضات الجماعية، قيمة –ت- ومستوى دلالة الفروق فيما تخص التحرر من الميل إلى الانفراد.

القيمة / المتغيرات	المجموعة الممارسة		المجموعة غير الممارسة		قيمة –ت- ومستوى دلالة الفروق		اتجاهات الفروق لصالح	
	م1	ع1	م2	ع2	قيمة- ت-	مستوى الدلالة	الممارسين	غير الممارسين
التحرر من الميل إلى الانفراد	12.70	2.34	09.20	0.87	27.87	دال	الممارسين	/

من خلال نتائج الجدول (11) يتضح أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين التلاميذ الممارسين للرياضات الجماعية وغير الممارسين فيما يخص التحرر من الميل إلى الانفراد، وهذا لصالح المجموعة الممارسة، ويتضح ذلك

[1]-محمد عاطف غيث- **علم الاجتماع**- دار المعارف،القاهرة 1963 ص 56

[2]-أمين أنور الخولي - **الرياضة والمجتمع** - مرجع سابق ص 81-82

من خلال قيمة –ت- المحسوبة(27.87) وتعني هذه النتائج أن هناك علاقة جوهرية بين ممارسة التلاميذ للرياضات الجماعية والتحرر من الميل إلى الانفراد. ويفسر الباحث هذه النتائج بكون التلاميذ الممارسين للنشاطات الرياضية الجماعية هم أكثر ميلا لقضاء وقت فراغهم في جو جماعي، فهم متعودون على العمل الجماعي، ويفضلون كل الأنشطة التي تمارس ضمن جماعة من الزملاء، ولا يحتملون البقاء بمفردهم مقارنة بالتلاميذ غير الممارسين للرياضات الجماعية الذين يميلون عموما إلى الأنشطة الفردية، والتي يغلب عليها الجانب الانطوائي، كالمطالعة والتأمل، وينفرون من الأنشطة الجماعية رياضية كانت أو ثقافية أو ترفيهية.

وكما أشرنا إليه فيما سبق فان نشاطات الرياضات الجماعية تشبع حاجة الفرد للانتماء، فانتماءه إلى جماعة معينة تتقبله ويتقبلها، وبحكم عشرتم وتفاعلهم مع بعضهم البعض، يمده ذلك بالأمن والطمأنينة والسعادة، والمرح والارتياح، وقد تعوضه هذه الجماعة ما قد يعانيه من ضغوط نفسية ناتجة عن مشاكل أسرية أو اجتماعية وبالتالي شعوره بالعزلة والضيق عند غيابه عن هذه الجماعة، عكس ما هو بالنسبة للمجموعة غير الممارسة للرياضات الجماعية التي لا يظهر عندها تقريبا هذا الشعور.

6-1-1 دراسة الفروق الإحصائية بين الممارسين لنشاطات الرياضات الجماعية وغير الممارسين فيما يخص الخلو من الأعراض العصابية.

جدول رقم12: يبين المتوسط الحسابي والانحراف المعياري للتلاميذ الممارسين وغير الممارسين للرياضات الجماعية، قيمة –ت- ومستوى دلالة الفروق فيما تخص التحرر من الخلو من الأعراض العصابية.

القيمة	المجموعة الممارسة		المجموعة غير الممارسة		قيمة –ت- ومستوى دلالة الفروق		اتجاهات الفروق لصالح	
المتغيرات	م1	ع1	م2	ع2	قيمة- ت-	مستوى الدلالة	الممارسين	غير الممارسين
الخلومن الأعراض العصابية.	12.16	01.51	08.14	0.34	50.17	دال	الممارسين	/

يظهر من خلال نتائج الجدول (12) أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين التلاميذ الممارسين للرياضات الجماعية وغير الممارسين فيما الخلو من الأعراض العصابية وهذا لصالح المجموعة الممارسة، ويتضح ذلك من خلال قيمة –ت- المحسوبة(50.17) وهو ما يعني وجود علاقة بين ممارسة التلاميذ للرياضات الجماعية وخلوهم من الأعراض و المظاهر التي تدل على الانحراف النفسي، كعدم القدرة على النوم بسبب الأحلام المزعجة والخوف، أو الشعور المستمر بالتعب، أو البكاء الكثير، و غير ذلك من المظاهر.

وتبدو هذه النتائج منطقية في نظر الباحث إذا ما نظرنا إلى تأثير النشاط الرياضي ، الذي يختلف عن النشاط اليومي العادي للفرد من ناحية الأعباء، والمتطلبات البدنية والنفسية. حيث يؤثر المجهود البدني الكبير على سير

العمليات النفسية للفرد لأنه يحتاج إلى درجة عالية من المتطلبات النفسية، مما يمكن الفرد الرياضي من التفكير ومحاولة التكيف لملائمة المواقف المتغيرة مع ارتباط ذلك ببذل الجهد البدني .
ويرى في هذا الصدد محمد عثمان أن حياة الإنسان مليئة بالخبرات والتجارب المتنوعة، وهي في تقلب مستمر وتغير دائم، فهي من جهة مليئة بالسعادة والحب والعطاء والمتعة والتفاؤل.ومن جهة أخرى مليئة بالمواقف والمتطلبات التي تحتاج إلى إشباع وتحقيق سواء كان ذلك على المستوى البيولوجي أو الاجتماعي، فإذا ما استطاع الفرد مواجهة هذه المتطلبات وإيجاد حلول لها فانه يكون قد وصل إلى حالة التوازن. والتي يمكن أن تكون بمثابة دليلعلى تكيفه.[1]

جدول رقم13:جدول يبين المتوسط الحسابي والانحراف المعياري للتلاميذ الممارسين وغير الممارسين للرياضات الجماعية، قيمة -ت- ومستوى دلالة الفروق فيما تخص التوافق الشخصي.

القيمة	المجموعة الممارسة		المجموعة غير الممارسة		قيمة -ت- ومستوى دلالة الفروق		اتجاهات الفروق لصالح	
المتغيرات	م1	ع1	م2	ع2	قيمة -ت-	مستوى الدلالة	الممارسين	غير الممارسين
الاعتماد على النفس	13.25	01.62	9.14	0.35	49.44	دال	الممارسين	/
الإحساس بالقيمة الذاتية	13.58	02.41	09.68	0.70	30.86	دال	الممارسين	/
الشعور بالحرية	13.46	02.69	09.08	0.44	32.04	دال	الممارسين	/
الشعور بالانتماء	13.77	02.20	09.08	0.44	41.68	دال	الممارسين	/
التحرر من الميل إلى الانفراد	12.70	2.34	09.20	0.87	27.87	دال	الممارسين	/
الخلو من الأعراض العصابية	12.16	01.56	08.14	0.34	50.17	دال	الممارسين	/
مجموع القسم الأول:التوافق الشخصي	78.95	09.60	54.32	01.49	50.58	دال	الممارسين	/

من خلال الجدول (13) نلاحظ وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين أفراد عينة البحث فيما يخص التوافق النفسي إذ كانت قيمة (ت) المحسوبة (50.58)، وهي أكبر من قيمة(ت) الدولة وكانت هذه الفروق لصالح التلاميذ الممارسين للرياضات الجماعية.وتعكس هذه النتائج العلاقة بين ممارسة نشاطات الرياضات الجماعية والتوافق النفسي ومحاوره الخمسة.
إن ظهور هذه العلاقات المعنوية والتي تحقق هدف البحث وفرضيته لها ميزاتا وخصائصها المتعددة في تحقيق أو الرفع من مستوى التوافق النفسي للفرد بالاتجاه الذي يطور شخصيته وبالتالي يؤثر في توافقه بشكل عام، إذ أن ممارسة التلميذ لهذا النوع من النشاطات الرياضية يؤثر في تحسين مفهوم وتقدير الذات لديه باعتبارهاوسيلة

[1]-محمد عثمان النجاتي- **علم النفس** في **حياتنا اليومية** - ط12، دار القلم الكويت 1981 ص43

لتطوير السلوك الإنساني، حيث تتوقف شخصية الفرد ومكانته الاجتماعية على حسن سلوكه الذي يكسبه في أثناء حياته من خلال المشاركة العملية في لون من ألوان النشاط البدني، حيث يكتسب من خلال ممارسته الكثير من الصفات الاجتماعية التي تدعم حياته، وتنمي في نفسه خدمة الصالح العام، واحترام الغير والاعتزاز بالانتماء للجماعة والإخلاص لها مما يؤثر تأثيرا فاعلاً في تدعيم شخصيته في التماسك الاجتماعي فضلاً عن انسجام أفراده، أضف إلى ذلك أن هذه المزاولة تؤدي إلى خفضالتوتر وتساعد في التخلص من بعض الأمراض النفسية.[1]

2-1 دراسة الفروق الإحصائية بين الممارسين لنشاطات الرياضات الجماعية وغير الممارسين في التوافق الاجتماعي.

1-2-1 دراسة الفروق الإحصائية بين الممارسين لنشاطات الرياضات الجماعية وغير الممارسين فيما يخص الاعتراف بالمستويات الاجتماعية.

جدول رقم14: جدول يبين المتوسط الحسابي والانحراف المعياري للتلاميذ الممارسين وغير الممارسين للرياضات الجماعية، قيمة –ت- ومستوى دلالة الفروق فيما تخص المستويات الاجتماعية.

القيمة	الموعة الممارسة		الموعة غير الممارسة		قيمة – ت- ومستوى دلالة الفروق		اتجاهات الفروق لصالح	
المتغيرات	م1	ع1	م2	ع2	قيمة-ت-	مستوى الدلالة	الممارسين	غير الممارسين
المستويات الاجتماعية	13.60	01.26	09.14	0.35	67.99	دال	الممارسين	/

من الجدول (14) يتضح وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين أفراد عينة البحث فيما يخص الاعتراف بالمستويات الاجتماعية إذ كانت قيمة (ت) المحسوبة (67.99)، وهي أكبر من قيمة (ت) الدولة وكانت هذه الفروق لصالح التلاميذ الممارسين للرياضات الجماعية.

تشير بعض المصادر إلىأن النشاطات الرياضية تساعد التلميذ في النمو لكونه شخصا اجتماعيا وهي الال الذي يتاح له فيه فرصة الاختلاط بالآخرين وتكوين الصداقات معهم، والتعلم على كيفية التعايش مع أنماط متعددة ومختلفة من الناس، علماً بان هذه الفرصة تتم بشكل طبيعي وغير رسمي، حيث يرى أمين أنور الخولي أن اغلب التلاميذ يمرون بخبرات القيادة والتبعية من خلال لعب الأدوار المختلفة والمتباينة في النشاط الرياضي، وهو مجال خصب حقا في تطبيع الأفراد على لعب ادوار متنوعة في خبراتا ما بين أداء حركي وقيادة الفريق

[1]-أسامة كامل راتب ، مرجع سابق ، ص 107

وتنظيم وإدارة النشاط في المدرسة، والتحكيم أو المعاونة فيه بالإضافة إلى خبرات تجهيز الأدوات، والتسهيلات الرياضية للألعاب والأنشطة البدنية والرياضية المختلفة.

كما يرى أيضا انه يمكن إيجاز إسهامات الرياضة في مقابلة حاجة الفرد للتنظيم من خلال لعب الأدوار المختلفة والمشاركة الفاعلة، والاستعداد المسبق، والإخلاص في وقت الشدة والعمل من اجل صالح الفريق وإطاعة الأوامر، وإتباع قواعد اللعب واللوائح الرياضية، والمشاركة الفكرية والوجدانية، والعطاء والبذل والعمل التطوعي والمواظبة على التدريب، وهي كلها أمور تدعو إلى تنظيم حياة الفرد الرياضي تنظيما اجتماعيا وحياتيا جيدا.[1]

1-2-2 دراسة الفروق الإحصائية بين الممارسين لنشاطات الرياضات الجماعية وغير الممارسين فيما يخص المهارات الاجتماعية.

جدول رقم15: جدول يبين المتوسط الحسابي والانحراف المعياري للتلاميذ الممارسين وغير الممارسين للرياضات الجماعية، قيمة –ت- ومستوى دلالة الفروق فيما تخص المهارات الاجتماعية.

القيمة	المجموعة الممارسة		المجموعة غير الممارسة		قيمة – ت- ومستوى دلالة الفروق		اتجاهات الفروق لصالح	
المتغيرات	م1	ع1	م2	ع2	قيمة -ت-	مستوى الدلالة	الممارسين	غير الممارسين
المهارات الاجتماعية	13.79	01.27	09.68	0.71	55.84	دال	الممارسين	/

من خلال نتائج الجدول (15) يتضح أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين التلاميذ الممارسين للرياضات الجماعية وغير الممارسين فيما يخص المهارات الاجتماعية، وهذا لصالح المجموعة الممارسة، ويتضح ذلك من خلال قيمة –ت- المحسوبة(55.84).

وتعني هذه النتائج أن ممارسة التلاميذ للرياضات الجماعية يساهم في اكتسابهم لمهارات اجتماعية جديدة،فمن خلال اشتراك التلاميذ في الأنشطة الرياضية المختلفة (خاصة الجماعية منها) تتولد لدى الفرد قيم وجدانية تعبر عن الأخلاق الاجتماعية المقبولة ، فطاعة الأوامر وإتباع قواعد اللعب والعطاء والبذل والمواظبة على التدريب كلها أمور يمكن تعلمها واكتسابا من خلال الأنشطة الرياضية التي تقدم مناخا تربويا ومتنفسا مقبولا لتحقيق المكانة الاجتماعية . فالملاعب والبرامج الرياضية سواء في المدرسة أو في غيرها من مؤسسات المجتمع، تقدم فرصا طيبة للتطبيع على مقدرات ومعايير المجتمع، حيث توزيع الأدوار ولعبها، والتنسيق فيما بينها من خلال

[1]-أمين أنور الخولي - **الرياضة والمجتمع**- مرجع سابق ص 84

قواعد لعبمنضبطة، الأمر الذي يكاد يجعلنا نشبه الملعب بمجتمع مصغر تربوي وتمهيدي للمجتمع الأم، الكبير، وهو المفهوم الذي تناوله الدرمان فيما أطلق عليه التكيف القبلي.[1]

وقد أشار الشافعي في هذا السياق إلى انه يمكن تحقيق احتياجات الإنسان عن طريق اللعب، وليس اللعب إلا تعبيراً عن قيم ثقافية، وهي انعكاس حقيقي للتنشئة الاجتماعية، فالألعاب تعين على التكيف مع المحيط وتعكس معايير الضبط الاجتماعي.[2]

1-2-3 دراسة الفروق الإحصائية بين الممارسين لنشاطات الرياضات الجماعية وغير الممارسين فيما يخص العلاقات في الأسرة.

جدول رقم 16: جدول يبين المتوسط الحسابي والانحراف المعياري للتلاميذ الممارسين وغير الممارسين للرياضات الجماعية، قيمة –ت- ومستوى دلالة الفروق فيما تخص العلاقات في الأسرة.

القيمة / المتغيرات	المجموعة الممارسة		المجموعة غير الممارسة		قيمة –ت- ومستوى دلالة الفروق		اتجاهات الفروق لصالح	
	م1	ع1	م2	ع2	قيمة-ت-	مستوى الدلالة	الممارسين	غير الممارسين
العلاقات في الأسرة	13.42	01.50	09.08	0.44	55.25	دال	الممارسين	/

توضح نتائج الجدول رقم (16) وجود فروق دالة إحصائيا بين التلاميذ الممارسين للرياضات الجماعية وغير الممارسين فيم يخص العلاقات في الأسرة ويتضح ذلك من خلال قيمة –ت- المحسوبة(55.25) .

ويفسر الباحث هذه النتائج بكون الأسرة هي المجال الاجتماعي الأول الذي ينشا فيه التلميذ ، لها أهميتها الكبرى في تنشئته وفي تمتعه بأكبر قسط من التوافق السليم في مستقبل حياته حيث يشير في هذا الصدد علاء الدين كفافي إلى أن الأسرة تحتل المكانة الأولى بين وكالات التنشئة الاجتماعية باعتبارها نموذجا للجماعة الأولية وهذه الجماعة الأولية قد حددها كولي cooley تلك الجماعة صغيرة العدد والتي تتميز بعلاقات وثيقة ومباشرة وعميقة بين أفرادها والأسرة تعد جماعة أولية لأنها الوسط الذي يتعلم الفرد في إطاره الاتجاهات أنماط السلوكية التي تحدد ما سوف يكتسبه فيما بعد من الجماعات الأخرى وتفاعل الفرد مع والديه وإخوته وأقاربه يحدد إلى درجة كبيرة طبيعة تفاعله مع الآخرين فيما بعد.[3]

---

[1]-أمين أنور الخولي ، نفس المرجع ص 150

[2]-حسن احمد الشافعي -**المسؤولية في المنافسات الرياضية المحلية والدولية** - منشأة المعارف ، القاهرة ، مصر2001 ص 17

[3]-علاء الدين كفافي - **الصحة النفسية** - ط3 هجر للطباعة والنشر القاهرة 1990ص 209-210 .

4-2-1 دراسة الفروق الإحصائية بين الممارسين لنشاطات الرياضات الجماعية وغير الممارسين فيما يخص التحرر من الميول المضادة للمجتمع.

جدول رقم 17: يبين المتوسط الحسابي والانحراف المعياري للتلاميذ الممارسين وغير الممارسين للرياضات الجماعية، قيمة –ت- ومستوى دلالة الفروق فيما التحرر من الميول المضادة للمجتمع.

القيمة	الموعة الممارسة		الموعة غير الممارسة		قيمة – ت- ومستوى دلالة الفروق		اتجاهات الفروق لصالح	
المتغيرات	م1	ع1	م2	ع2	قيمة -ت-	مستوى الدلالة	الممارسين	غير الممارسين
التحرر من الميول المضادة للمجتمع	13.27	01.47	09.08	0.44	54.16	دال	الممارسين	**/**

يظهر من خلال نتائج الجدول (17) أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين التلاميذ الممارسين للرياضات الجماعية وغير الممارسين فيما بخص التحرر من الميول المضادة للمجتمع وهذا لصالح الموعة الممارسة، ويتضح ذلك من خلال قيمة –ت- المحسوبة(54.16) وهي أكبر من قيمة - ت- الدولة.

ويفسر الباحث هذه النتائج بكون التلميذ من خلال مارستهللنشاط الرياضي تنمو لديه قوة الإرادة والتحكم في أهوائه، وينعكس ذلك في سلوكه ليس فقط في مجال التربية الرياضية، بل يتعدى ذلك ليشمل الالات الأخرى، فنراه خلال درس التربية الرياضية أو في خلال المباراة أو خلال وقت التدريب ملتزما بالقواعد والقوانين الخاصة باللعب ووقت المباراة وصفارة الحكم. يؤدي هذا الالتزام إلى عملية التطبيع، فكما يحترم التلميذوقت المباراة سيحترم جرس المدرسة، وكما يحترم قوانين اللعبة، سيحترم قوانين المدرسة. وهذا يتفق مع رأي (الديري محمد، بأن التربية الرياضية تستهدف ترقية سلوك الفرد وذلك من خلال توجيه سلوكه توجيها ايجابيا نحو احترام القوانين، وتقبل التعليمات عن طريق الانضباط والتعاون وتحمل المسؤولية في الحضوروالانصرافوفي الأداء الحركي،كذلك الالتزام بمواعيد الدروس، فلا يتخلف عن الدرس لأي سبب كان، وعن طريق تلك الميزة التي يكتسبها الفرد خلال أداء النشاط الحركي، يكتسب الفرد السمات الشخصية والخصائص المطلوبة التي يجب أن يتحلى با في التمع.[1].كما اتفقت هذه النتائج السابقة مع دراسة "فيكتور بيتيش والين " حيث أشارت نتائج هذه الدراسة إلى أن التلاميذ الذين لديهم شعور اكبر بمدرستهم كمجتمع ينتمون إليه كان معدل انحرافهم اقل وقد خلصت الدراسة إلى أن المدرسة ككيان اجتماعي يمكنها مقاومة

[1]-الديري محمد علي -**مناهج التربية الرياضية بين النظرية والتطبيق**- دار الفرقان، عمان1993.ص 124

وتقليل الأخطار التي يتعرض لها تلاميذها من خلال عوامل الحماية والعوامل التنموية بالإضافة إلى أن تعامل المدرسة مع تلاميذها وإحساسهم بـا كمجتمع ينتمون إليه يجعلهم أكثر قدرة على مقاومة الضغوط.[1]

1-2-4 دراسة الفروق الإحصائية بين **الممارسين لنشاطات الرياضات الجماعية وغير الممارسين فيما** يخص **العلاقات** في **المدرسة.**

جدول رقم18:يبين المتوسط الحسابي والانحراف المعياري للتلاميذ الممارسين وغير الممارسين للرياضات الجماعية، قيمة –ت- دلالة الفروق فيما تخص **العلاقات** في **المدرسة.**

القيمة	**الموعة الممارسة**		**الموعة غير الممارسة**		**قيمة – ت- ومستوى دلالة الفروق**		**اتجاهات الفروق لصالح**	
المتغيرات	م1	ع1	م2	ع2	**قيمة- ت-**	**مستوى الدلالة**	**الممارسين**	**غير الممارسين**
العلاقات في **المدرسة**	13.12	02.98	09.66	0.72	22.42	دال	الممارسين	/

من الجدول (18) يتضح وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين أفراد عينة البحث فيما يخص العلاقات في المدرسة، إذ كانت قيمة (ت) المحسوبة (22.42)، وهي أكبر من قيمة (ت) الـدولة

فمزاولة التلميذ الأنشطة الممارسة يهيأ له العمل مع الجماعة الأمر الذي يؤدي إلى زيادة خبراته وتقوية شخصيته، فضلاً عن زيادة علاقاته مع زملاءه ومدرسته، فضلاً عن أنالتلاميذ الممارسين كثيراً ما تكون لهم لقاءات مع إدارات المدارس من خلالخصوصية منهجهم اليومي وبخاصة من خلال مشاركتهم في البطولات خارج نطاق المدرسة وعليه فان كل هذه الأمور تعطي التفوق للتلاميذ الممارسين في علاقاتم في المدرسة.وعادة ما يكون الممارس أكثر قبولاً من غيره في المدرسة الأمر الذي يؤدي إلى زيادة ثقته بنفسه.

فالمدرسة ما هي إلا مجتمع مصغر يمكن من خلاله إعداد الفرد لفهم فلسفة الـتمع الكبير ومن ثم يعملون على تحقيق أهدافه وذلك عن طريق تعاون الأفراد وتضامنهم داخل الـتمع المدرسي.[2]

وتذكر عفاف إبراهيم " أن ممارسة النشاط الرياضي بصورة منتظمة على أساس تربوي يمكن أن يؤدي إلى اكتساب التلاميذ فوائد كثيرة تعمل على التأثير الايجابي بالنسبة لمستوى تحصيلهم الدراسي.

1-Battistich, victor, homallen –**the relationship between students sense of therscool as a community and their involvement in problem behaviors**- america journal of public health, vol 84 dec 1997

[2]محمد سلامة غبارى - **الخدمة الاجتماعية المدرسية**- ط1 شركة مكتبات عكاض للنشر والتوزيع، السعودية ص 1982 ص 17 .

1-2-5 دراسة الفروق الإحصائية بين الممارسين لنشاطات الرياضات الجماعية وغير الممارسين فيما يخص العلاقات في البيئة المحلية.

جدول رقم19: يبين المتوسط الحسابي والانحراف المعياري للتلاميذ الممارسين وغير الممارسين للرياضات الجماعية، قيمة –ت- ومستوى دلالة الفروق فيما تخص العلاقات في البيئة المحلية.

القيمة / المتغيرات	المجموعة الممارسة		المجموعة غير الممارسة		قيمة – ت- ومستوى دلالة الفروق		اتجاهات الفروق لصالح	
	م1	ع1	م2	ع2	قيمة- ت-	مستوى الدلالة	الممارسين	غير الممارسين
العلاقات في البيئة المحلية	13.46	01.52	09.14	0.35	55.32	دال	الممارسين	/

من الجدول (19) يتضح وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين أفراد عينة البحث فيما يخص سمة العلاقات في البيئة المحلية إذ كانت قيمة (ت) المحسوبة (55.32)، وهي أكبر من قيمة (ت) الدولة والتي قيمتها (...).

وتبدوا هذه النتائج منطقية إذا ما نظرنا إلى الفرص التي تتيحها مارسة الرياضات الجماعية للتلاميذ، لتكوين علاقات اجتماعية طيبة مع الجماعات الأخرى، من خلال التدريبات والمباريات التي تقيمها هذه الجماعات، فتتعرف كل جماعة على الأخرى، ويتسع نطاق هذه العلاقات الاجتماعية داخل المؤسسة وخارجها، لتشمل المسيرين والمتفرجين، ومن هنا فإن نشاطات الرياضات الجماعية تساعد على تنمية العلاقات الاجتماعية التي تعتبر دعامة من دعائم الحياة الاجتماعية السليمة.

فالإنسانبطبيعته كائن اجتماعي ، يعيش ويقضي معظم وقته في جماعة ، يؤثر فيها ويتأثر بـا . والفرد منذ طفولته تنمو لديه القدرة بالتدريج على إقامة العلاقات الاجتماعيةالفعالة مع الآخرين . فهو يتفاعل مع أمه ثم باقي أفراد الأسرة والأهل ثم يمتدالتفاعل ليشمل جماعات أخرى ، بدءاً من إلتحاقه بالمدرسة حتى يخرج إلى المجتمعالكبير .[1]ولقد أوضح ألدرمانALDERMAN في هذا السياق العلاقة الوثيقة بين قابلية الفرد للاندماج الاجتماعي، وإشباع حاجته إلى الانتماء من خلال النشاط البدني، فالفردالاجتماعي (المندمج اجتماعيا) غالبا ما يكون رياضيا، ومتميزا بالحيوية والنشاط، والحضور الذهني والعاطفي، بينما أغلب المنطوين على أنفسهم هم من أصحاب الأبدان القميئة، والمهارات الحركية الضعيفة[2].

و تقوم جماعة الرفاق أو القرناء، أو الصحبة أو الشلة بدور هام في عملية التنشئة الاجتماعية، وفي النمو الاجتماعي للفرد فهي تأثر في معاييره الاجتماعية وتمكن له القيام بادوار اجتماعية متعددة لا تتيسر له

1-حامدعبدالسلام زهران - **علم النفس الاجتماعي**- مرجع سابق ص: 14-15

2-أمين أنور الخولي –**الرياضة والمجتمع** - مرجع سابق ص 244

خارجها، ويتوقف مدى تأثير الفرد بجماعة الرفاق على درجة ولائه لها، ومدى تقبله لمعاييرها وقيمها واتجاهاتها.[1]

كمايفسر الباحث هذه النتائج بالعلاقات الداخلية التي تسود الجماعة الرياضية، والتي تمتاز بالاستجابة الموحدة لأعضائها في حالة النصر أو في حالة الهزيمة، وفي هذا الصدد يرى سعد جلال "أن العامل النفسي الأساسي الذي يحدد علاقة الفرد بالجماعة الانتمائية، هو التقمص الإيجابي، ويقصد بالتقمص الإيجابي العملية الداخلية التي تجعل الفرد يحس بأنه في موقف شخص آخر، فيستجيب لنفس المؤثرات التي تقع عليه والقدرة على الاستجابة للمواقف التي يتعرض لها الآخرون، وشعوره بنفس الشعور الذي يشعرون به في هذه المواقف هو نتيجة للخبرات المشتركة بينه وبينهم". (2) وهو ما لا نجده عند أفراد الموعة غير الممارسة الذي يعود حسب رئينا إلىعدم تعودهم على مثل هذه العلاقات الاجتماعية، وإلى غياب روابط رسمية في حالة وجود هذه العلاقات، تولد مثل هذه الاستجابات.

جدول رقم20: جدول يبين المتوسط الحسابي والانحراف المعياري للتلاميذ الممارسين وغير الممارسين للرياضات الجماعية، قيمة –ت- ومستوى دلالة الفروق فيما تخص التوافق الاجتماعي.

القيمة / المتغيرات	**الموعة الممارسة**		**الموعة غير الممارسة**		**قيمة – ت- ومستوى دلالة الفروق**		**اتجاهات الفروق لصالح**	
	م1	ع1	م2	ع2	**قيمة-ت-**	**مستوى الدلالة**	**الممارسين**	**غير الممارسين**
المستويات الاجتماعية.	13.60	01.26	09.14	0.35	67.99	دال	الممارسين	/
المهارات الاجتماعية	13.79	01.27	09.68	0.71	55.84	دال	الممارسين	/
العلاقات في الأسرة	13.42	01.50	09.08	0.44	55.25	دال	الممارسين	/
التحرر من الميول المضادة للمجتمع	13.27	01.47	09.08	0.44	54.16	دال	الممارسين	/
العلاقات في المدرسة	13.12	02.98	09.66	0.72	22.42	دال	الممارسين	/
العلاقات في البيئة المحلية	13.46	01.52	09.14	0.35	55.32	دال	الممارسين	/
مجموع القسم الثاني:التوافق الاجتماعي.	08.64	07.71	55.78	01.45	63.22	دال	الممارسين	/

من خلال نتائج الجدول (**20**) يتضح أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين التلاميذ الممارسين للرياضات الجماعية وغير الممارسين فيما التوافق الاجتماعي، وهذا لصالح الموعة الممارسة، ويتضح ذلك من خلال قيمة –ت- المحسوبة(63.22).

---

[1]- خير الدين علي عويس، عصام الهلالي - **الاجتماع الرياضي** - دار الفكر العربي القاهرة مصر 1997 ص 16

[2]-سعد جلال- **المرجع** في **علم النفس**- مرجع سابق ص:103

ويفسر الباحث هذه النتائج بكون الرياضة نمط من أنماط الحياة ولعب عشوائي في الطفولة يتطور إلى لعب منظم وفق قواعد وقوانين عامة. إن مجرد الممارسة أو المشاهدة سوف تؤثر بشكل واضح على الفرد وقيمه وسلوكه. ولكن إذا طوعت الرياضة بعيدا عن جماعات الرفاق والمدرسة واعتبرت الممارسة هنا للتمايز الحركي والمهاري ومنافسة المستويات العليا فإننا سوف نجد أنفسنا بالضرورة أمام المؤسسة المسئولة عن رياضة المستويات وهي النادي الرياضي.

والنادي يمارس نوعا من الضبط والتوجيه للرياضي ليس فقط في مجال سلوكه الحركي أو المهاري، ولكن كذالك في جوانبه الأخلاقية المعيارية والنفسية والاجتماعية، وتربيته المدنية. كذلك فالنادي نموذج مشابه للمدرسة يستخدم نفس آلياتا ويحل فيه المدرب مكان المدرس، وتتوازى فيه أسرة النادي مع أسرة المدرسة وان كانت الفترة التي يقضيها الفرد في النادي اقل من الفترة التي يقضيها الفرد في المدرسة، إلا أن عمق تأثير النادي في عملية تنشئة الرياضي اجتماعيا بالذات أكثر من أية مؤسسة مجتمعية أخرى، لان مواقف اللعب المنظم التي نطلق عليها التدريب والتباري غنية بالعديد من الخبرات والتداخلات القيمية التي تجعل التنافسية عميقة الأثر في تنشئة الفرد.[1]

ويفسر باركر " Parker" ذلك بان امتثال الجميع أمام القواعد المعمول با في الملعب وتحت إدارة قاضي الملعب ومعاونيه تعبر عن نفس النموذج الاجتماعي المطلوب لإدارة دفة التمع، حيث ينبغي أن يمتثل جميع أفراد التمع للقانون أو الشريعة التي يحكم با التمع دونما تحيز أو استثناء، كما أن روح الفريق المعبرة عن الطبيعة الاجتماعية للرياضة تعد نموذجا يحتذى به ليس على مستوى الرياضة فحسب، وإنما على مستوى أي مجتمع يجتهد في إحلال التعاون والتماسك والتحرك محل الصراع والتفكك والتضارب.[2]ويرى زاندر " zander " أن الفريق الرياضي كجماعة له دوافعه وتطلعاته، وطموحاته أكثر من مجموع الدوافع أو الطموحات البسيطة للعضو الفرد. كما أن رعاية الفريق ككل والاهتمام بمقدمات وجوده يعد أساسا اجتماعيا قويا للفريق، وهو غالبا ما يكون نفس اهتمام الفرد العضو، فكثيرا ما يتجه أعضاء الفريق إلى كبت أو إخماد أي رغبة أو ميل نحو تغليب أهوائهم واحتياجاتم الشخصية أو وضعها في الأولويات. وعلى حد تعبير زاندر أنم يركزون على ما هو لمصلحة الفريق.[3]

ولقد تأسست الرياضة عبر تاريخها على أسس من القيم الاجتماعية، ولا شك أن الأساس الأخلاقي في الرياضة من أهم الأسس والدعائم الأخلاقية التي استندت إليها الرياضة في دعم مسيرتا الإنسانية. فلقد اوجد الإنسان الرياضة وطبق عليها وصبغها بصبغة الإنسانية الاجتماعية، فهو الذي وضع قواعدها ونظمها، وبالطبع اقتبس ذلك من معاييره ونظمه وقيمه الاجتماعية .

---

[1]-خير الدين علي عويس ، عصام الهلالي، مرجع سابق ص 175

[2]-أمين أنور الخولي- **الرياضة والتمع**- مرجع سابق ص 247

[3]-أمين أنور الخولي ، نفس المرجعص 239

ولم يغالي هربرت ريد "Herbert read " عندما كتب قائلا " أنا أوافق بشدة على أن التربية الرياضية تمدنا إلى حد ما بتهذيب الإرادة، كما أني لا آسف على الوقت الذي يخصص للألعاب في مدارسنا، بل انه غالبا ما يكون – على النقيض- الوقت الوحيد الذي يمضي على أحسن وجه...لقد أصبحت الأخلاق الرياضية وروح الفريق تقليدا يضاف للتقاليد الاجتماعية الأخرى [1]

جدول رقم21:جدول يبين المتوسط الحسابي والانحراف المعياري للتلاميذ الممارسين وغير الممارسين للرياضات الجماعية، قيمة –ت- ومستوى دلالة الفروق فيما يخصالتوافق العام (النفسي الاجتماعي).

القيمة	المجموعة الممارسة		المجموعة غير الممارسة		قيمة – ت- ومستوى دلالة الفروق		اتجاهات الفروق لصالح	
المتغيرات	م1	ع1	م2	ع2	قيمة- ت-	مستوى الدلالة	الممارسين	غير الممارسين
التوافق النفسي	78.95	09.60	54.32	01.09	50.58	دال	الممارسين	/
التوافق الاجتماعي	08.64	07.71	55.78	01.45	63.22	دال	الممارسين	/
مجموع التوافق العام (النفسي الاجتماعي)	159.6	16.35	110.1	02.90	59.48	دال	الممارسين	/

من الجدول **(21)** يتضح وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين أفراد عينة البحث فيما يخص التوافق العام (النفسي الاجتماعي)،إذ كانت قيمة (ت) المحسوبة (59.48)، وهي أكبر من قيمة (ت) الدولة، و من خلال هذه النتائجتظهر لناالعلاقة بين التوافق النفسي وممارسة نشاطات الرياضات الجماعية التي لها دلالات تشير إلى أهمية ممارسة نشاطات الرياضات الجماعية من خلال ميزاتا وخصائصها المتعددة في تحقيق أوالرفع من مستوى التوافق النفسي الاجتماعي للفرد بالاتجاه الذي يطور شخصيته وبالتالي يؤثر في تكيفه بشكل عام، إذأنممارسة التلميذ لهذا النوع من النشاطات يؤثر في تحسين مفهوم وتقدير الذات لدى الفرد باعتبارها وسيلة لتطوير السلوك الإنساني حيث تتوقف شخصية الفرد ومكانته الاجتماعية على حسن سلوكه الذي يكسبه في أثناء حياته من خلال المشاركة العملية في لون من ألوان النشاط البدني حيث يكتسب من خلال ممارسته الكثير من الصفات الاجتماعية التي تدعم حياته وتنمي في نفسه خدمة الصالح العام واحترام الغير، والاعتزاز بالانتماء للجماعة والإخلاص لها مما يؤثر تأثيرا فاعلاً في تدعيم شخصيته في التماسك الاجتماعي فضلاً عن انسجام أفراده ، أضف إلى ذلك إن هذه المزاولة تؤدي إلى خفض التوتر وتساعد في التخلص من بعض الأمراض النفسية[2].

[1]-أمين أنور الخولي- **الرياضة والمجتمع** - مرجع سابق ص 84

[2]-أسامة كاملراتب، مرجع سابقص 107.

وتتفق هذه النتائج مع نتائج بعض الدراسات والتي أثبتت وجود الفروق بين الممارسين وغير الممارسين للنشاطات الرياضية في مجالات مختلفة منها التوافق النفسي الاجتماعي، فكما أشرنا إليه في الجانب النظري فإن وجود المراهق ضمن فريق لإحدى الرياضات الجماعية يساعده علىتطوير جوانب عديدة من شخصيته وذلك بإشباعه للعديد من حاجاته كالقبول والانتماء، واستقلال القدرات الشخصية في تحقيق الأهداف المسطرة، والقدرة على مراقبة الانفعالات والتحكم فيها، والحفاظ على الحالة النفسية الجيدة حتى في المواقف السيئة.

ولقد ذهب ساك وثيل sack , al thiel إلى ابعد من ذلك عندما قارنوا بين مجريات حياة ثلاثة مجموعات من الأفراد على مدى عشرون عاما، الموعة الأولى غير الرياضيين أما الثانية فهم اللاعبون الأساسيين النجوم في فريق نوتردام لكرة القدم الأمريكية، والموعة الثالثة اللاعبين الاحتياطيين في الفريق – أي البدلاء- وتأتي النتائج متسقة تماما مع الاتجاه المؤيد لان الرياضة تقدم فرصا ممتازة للحراك الصاعد، حيث حقق النجوم مكانة وظيفية ودخل أفضل من البدلاء، والبدلاء أفضل من غير الرياضيين.[1]

ويشير محمود عبد الكريم بان كل نشاط رياضي يتشكل من مجموعة مواقف تختلف طبقا لنوعية النشاط الرياضي الممارس من حيث النواحي البدنية والتكتيكية وما يحيط با من علاقات بين اللاعب وذاته وبين زملاءه اللاعبين والمدربين والإداريين والحكام والجمهور لذلك يجب على الرياضي أن يكون قادرا على التوائم والتنسيق مع كل هذه المتغيرات والمواقف والعلاقات حتى يستطيع تقديم أفضل أداء له في نشاطه الممارس ومما يزيد من أهمية المحور الرياضي أن اللاعب مطلوب منه أن يتوافق مع ذاته ومع أصدقائه وأسرته ومجتمعه كفرد في هذا التمع ولكنه كرياضي تزيد أعباءه عن الفرد العادي لما يواجهه من متغيرات كثيرة ومتعددة ومواقف تزداد في حدتا وشدتا في متطلباتا النفسية مما يحتم عليه أن يكون أكثر تحكما في انفعالاته وأكثر اتزانا وضبطا لسلوكياته ومستعداللتضحيات من اجل نصرة فريقه مقدما مصلحة الفريق عل مصلحته الشخصية متحملا المشاق والصعاب التي تواجهه مهما كانت درجة مشقتها وصعوبتها.[2]

---

[1]-د-خير الدين علي عويس د-عصام الهلالي، مرجع سابق ص 144 ،145

[2]-محمود حمدي عبد الكريم - **دراسة تحليلية لعلاقة التوافق النفسي والمستوى البدني بالأداء المهاري** في **الكرة الطائرة** -.رسالة دكتوراه غير منشورة كلية التربية الرياضية للبنين بالزقازيق جامعة الزقازيق 1991ص 27

2- دراسة الفروق الإحصائية بين الممارسين لنشاطات الرياضات الجماعية وغير الممارسين في السلوك التربوي الرياضي العام.

2-1 دراسة الفروق الإحصائية بين الممارسين لنشاطات الرياضات الجماعية وغير الممارسين في السلوك التربويالرياضي داخلدرس التربية البدنية والرياضية.

جدول رقم22:يبين المتوسط الحسابي والانحراف المعياري للتلاميذ الممارسين وغير الممارسين للرياضات الجماعية، قيمة –ت- ومستوى دلالة الفروق فيما يخص السلوك التربوي الرياضي داخل درس التربية الرياضية.

القيمة / **المتغيرات**	**الموعة الممارسة**		**الموعة غير الممارسة**		**قيمة – ت- ومستوى دلالة الفروق**		**اتجاهات الفروق لصالح**	
	م1	**ع1**	**م2**	**ع2**	**قيمة- ت-**	**مستوى الدلالة**	**الممارسين**	**غير الممارسين**
السلوكالتربوي الرياضي داخل درس التربية الرياضية	55.93	10.02	57.80	09.19	02	دال	الممارسين	/

من الجدول (22) يتضح وجود فروق بين أفراد عينة البحث فيما يخص السلوك التربوي الرياضي خلال درس التربية الرياضية، وهي قيم دالة إحصائيا إذ كانت قيمة (ت) المحسوبة (02)، وهي أكبر من قيمة (ت) الدولة.

ويرجع الباحث هذه النتائج إلى ما يحتويه درس التربية الرياضية من أهدافتعليمية، هدفها إكسابالتلاميذ المهارات الحركية والخططية، يحتوي أيضاً على أهداف تربوية هدفها الأساسي إرشاد التلاميذ إلى السلوك السوي والمرغوب، وتعديل السلوك غير السوي الذي يمكن أن يسلكه التلاميذ في أثناء مارستهم للأنشطة الرياضية المختلفة وهذا سينعكس بصورة مباشرة أو غير مباشرة على تصرفات التلاميذ وسلوكهم داخل التمع الذي هم جزء منه. فحصة التربية البدنيةتعد خير مجال يمكن عن طريقه أن يكتسب التلاميذ التربية الجسمية، فضلاً عن النواحي التربوية، فعن طريق أنشطته الرياضية المختلفة نخرج بنتائج تربوية وقيم متصلة بالأخلاق والآداب، وهذا يتفق مع رأي سعد محمد وآخرين، إذ يشيرون إلى أن درس التربية الرياضية هو الوحدة الصغيرة في البرنامج الدراسي للتربية الرياضية بالخطة الشاملة لمنهاج التربية الرياضية بالمدرسة، ويشمل كل أوجه النشاط التي يريد المدرس أن يمارسها تلاميذ هذه الأنشطة، فضلاً عما يصاحب ذلك من تعليم مباشر أو تعليم مصاحب غير مباشر.[1]

[1]- سعد محمد قطب، وآخرون - **الإدارة والتنظيم في مجال التربية الرياضية** - مطابع جامعة الموصل ، 1984 ص 197.

يشير أسامة كامل راتب ، وإبراهيم خليفة إلى انه قد يسلك التلميذ في بعض الأنشطة الرياضية المدرسية أو الدرس-أنواعا من السلوك غير المرغوب فيه، أو قد تحدث مظاهر سلوكية سلبية من التلاميذ خلال النشاط المدرسي، ومن الأهمية أن يعرف المربي الرياضي كيف يتصرف في مواجهة هذه المظاهر السلوكية، ويمكن تحديد بعض النماذج من المشكلات السلوكية فيما يلي :

- مظاهر العنف لبعض التلاميذ خلال التطبيقات العملية خلال درس التربية الرياضية.
- صياح بعض التلاميذ بصوت عالي وبشكل ملفت للنظر خلال درس التربية الرياضية.
- تعمد بعض التلاميذ تكرار رمي الكرة لمسافات بعيدة بفناء المدرسة.
- عدم تعاون بعض التلاميذ مع زملائهم في ترتيب الأدوات المستخدمة في الدرس.
- دفع بعض التلاميذ لزملائهم بشدة مما يسبب في إصابتهم خلال الدرس.[1]

و لقد شغل موضوع المشكلات السلوكية الباحثين ومازال يشغلهم خاصة في عصر يتلقى فيه الأطفال قدرا من المعلومات والخبرات وأنماط السلوك سواء ما كان أصيلا نابعا من البيئة أو ما كان دخيلا وحديثا عبر الوسائط الثقافية المختلفة. ولذا تسعى المؤسسات التعليمية والتربوية ممثلة في البيت والمدرسة إلى مساعدة التلميذ على تحقيق النمو السليم لشخصيته في مختلف المجالات الجسمية والنفسية والاجتماعية ويتضح النمو السليم في سلوكيات الطفل عندما يستطيع أن يتكيف مع الآخرين ويتوافق مع ذاته. و أسلوب معاملة الآباء يعتبر عاملا هاما في تشكيل شخصيته وتكوين اتجاهاته وميوله ونظرته للحياة.[2]

---

[1]-أسامة كامل راتب ، إبراهيم عبد ربه خليفة – مرجع سابق ص 168

[2]-سبيكة يوسف الخليفي- **المشكلات السلوكية لدى أطفال المدرسة الابتدائية بدولة قطر**- مجلة مركز البحوث التربوية بجامعة قطر. السنةالثالثة.العدد السادس 1994.

2-2 دراسة الفروق الإحصائية بين الممارسين لنشاطات الرياضات الجماعية وغير الممارسين في السلوك التربوي الرياضي خلال النشاط الرياضي الداخلي.

جدول رقم23: جدول يبين المتوسط الحسابي والانحراف المعياري للتلاميذ الممارسين وغير الممارسين للرياضات الجماعية، قيمة –ت- ومستوى دلالة الفروق فيما تخص السلوك التربوي الرياضي في النشاط الرياضي الداخلي.

القيمة المتغيرات	المجموعة الممارسة		المجموعة غير الممارسة		قيمة – ت- ومستوى دلالة الفروق		اتجاهات الفروق لصالح	
	م1	ع1	م2	ع2	قيمة- ت-	مستوى الدلالة	الممارسين	غير الممارسين
السلوك التربوي الرياضي في النشاط الرياضي الداخلي	47.63	07.11	42.60	06.81	09.92	دال	الممارسين	

من خلال نتائج الجدول (23) يتضح أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين التلاميذ الممارسين للرياضات الجماعية وغير الممارسين فيما يخص السلوك التربوي الرياضي في النشاط الرياضي الداخلي، وهذا لصالح المجموعة الممارسة، ويتضح ذلك من خلال قيمة –ت- المحسوبة(09.92) وهي أكبر من قيمة –ت- المجدولة.

ويرجع الباحث هذه النتائج إلى أن النشاط الرياضي الداخلي يسهم في عملية التربية، فهو ذو أثر فاعل في تهيئة التلاميذ للخروج إلى المجتمع الكبير، وهم مستعدون لمواجهة أي موقف قد يتعرضون له بحكمة مما يجنبهم الكثير من المشاكل. فأعضاء الفريق الواحد يمكن عدّهم مجتمعا مصغرا من المجتمع الكبير الذي نعيش فيه، فتعاونهم مع بعضهم في أثناء اللعب يتيح لهم الفرصة لكي يكونوا متعاونين مع بعضهم ومع غيرهم في حياتهم العادية. كما أن احترامهم لقوانين اللعب يعلمهم احترام القوانين أينما وجدت في الشارع والمنزل وفي أي مكان آخر، فالسلوك التربوي المكتسب خلال النشاط الداخلي له أثره الواضح والبالغ في سلوك التلاميذ في المستقبل.

فالمنافسات الرياضيةتجرى طبقا لقوانين ولوائح ثابتة ومعروفة، وتحدد هذه القوانين والقواعد واللوائح المختلفة الفنية والتنظيمية لأنواع النشاط ولسلوك الفرد أيضا، وبذلك تجبر الأفراد على احترامها والعمل بمقتضاها، ومن ناحية أخرى تضمن المقارنة العادلة بين المستويات الرياضية بعضها بالبعض الآخر.

ويذكر كامل " أن النشاط الرياضي الداخلي مجال لتوجيه الطاقات في نشاطات تعود بالنفع والفوائد على أبناء المجتمع ذاته "[1]

و تشير بعض المصادر إلىأن النشاطات اللاصفية تساعد التلميذ في النمو لكونه شخصا اجتماعيا، وهي المجال الذي يتاح له فيه فرصة الاختلاط بالآخرين وتكوين الصداقات معهم، والتعلم على كيفية التعايش مع أنماط

---

[1]-كاملسليمان عبد الجليل -**فعاليات الإدارة الرياضية**- شركة الربيعان للنشر والتوزيع، الكويت،1982.ص73.

متعددة ومختلفة من الناس، علماً بان هذه الفرصة تتم بشكل طبيعي وغير رسمي. ويذكر وليامز (Williams) إن هذا النشاط هو وسيلة لتثبيت ما يكتسبه التلاميذ من معلومات، كما تعودهم على العمل الجماعي. وتشير موسوعة البحث التربوي إلىأن النشاطات المدرسية تشكل العنصر الرئيسي للحياة الاجتماعية المنظمة للمدرسة، وهي تناظر الحياة الاجتماعية للمجتمع، ويتعلمون من خلالها المهارات، وينمون الفهم. ويضيف رياض منقريوسإلىأن هذه النشاطات الرياضية تساعد التلاميذ على تفريغ الطاقة الفائضة، وان وظيفتها الاجتماعية تتمثل في اكتشاف المواهب وتطويرها. والخلاصة أننا تعتبر المجال المناسب لإشباع حاجات وميول المراهق، ومجال استثمار الطاقات الكامنة في أغراض نافعة، وتمكن المراهق أيضامن اكتشاف نفسه والتعرف إلى قدراته وقبلياته وتنميتها.[1]

ويتفق الباحث مع ما يراه محمد حسن علاوي بان الطابع التنافسي الذي تتميز به الرياضات الجماعية إذا ما أحسن استغلاله وإذا ما تم في حدود الأسس والقواعد التربوية التي تؤكد ضرورة الالتزام بقواعد الشرف الرياضي واللعب النظيف وقبول الأحكام، والتواضع وعدم الغرور عند الفوز فان ذلك يصبح من أهم القوى التي تدفع الفرد إلى ممارسة النشاط الرياضي، والتي تحفز الفرد نحو الوصول لأعلى المستويات الرياضية.[2]

[1]-طارق محمود رمزي- **دراسة تجريبية لبناء مقياس للتكيف الاجتماعي المدرسي لطلاب المرحلة المتوسطة في بغداد**- رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية، جامعة بغداد.، 1974ص 347- 350.

[2]-محمد حسن علاوي - **سيكولوجية التدريب والمنافسات**- ط7دار المعارف القاهرة .1992ص 33

جدول رقم24:

جدول يبين المتوسط الحسابي والانحراف المعياري للتلاميذ الممارسين وغير الممارسين للرياضات الجماعية، قيمة –ت- ومستوى دلالة الفروق فيما يخص السلوك التربوي الرياضي بشكل عام.

القيمة / المتغيرات	الموعة الممارسة		الموعة غير الممارسة		قيمة – ت- ومستوى دلالة الفروق		اتجاهات الفروق لصالح	
	م1	ع1	م2	ع2	قيمة- ت-	مستوى الدلالة	الممارسين	غير الممارسين
السلوك التربوي الرياضي داخل درس التربية الرياضية	55.93	10.02	57.80	09.19	02.66 -	دالة	الممارسين	**/**
السلوك التربوي الرياضي في النشاط الرياضي الداخلي	47.63	07.11	42.60	06.81	09.92	دالة	الممارسين	**/**
مجموع السلوك التربوي الرياضي بشكل عام	103.5	12.86	100.4	10.57	03.71	دالة	الممارسين	**/**

من الجدول (24) يتضح وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين أفراد عينة البحث فيما يخص السلوك التربوي الرياضي بشكل عام (السلوك التربوي الرياضي داخل درس التربية الرياضية،في النشاط الرياضي الداخلي) إذ كانت قيمة (ت) المحسوبة (03.71)، وهي أكبر من قيمة (ت) الدولة

وتعكس هذه النتائج وجود علاقة بين مارسة التلاميذ للرياضات الجماعية وتذيب سلوكهم، ويفسر الباحث هذه العلاقة بكون تغيير سلوك أعضاء جماعة الفريق وتغيير أو تعديل اتجاهاتم يأتي كنتيجة لضغوطها المختلفة، إما عن طريق مكنيزمات التفاعل داخلها، حيث يغير الفرد من اتجاهاته إراديا أو لا إراديا ليتوافق مع معايير الجماعة ويصبح عضوا مقبولا با. وإما يحدث التعديل نتيجة اشتراك الفرد في وضع أهداف تلك الجماعة والعمل على تحقيقها أو قد يكون نتيجة للإيحاء والتقليد وخاصة للقيادات. ويحدث هذا التغيير في سلوك الأعضاء عن طريق الموقف التربوي أي نتيجة تعرض الجماعة إلى موقف اجتماعي تربوي، والتأثير ينتج عن إدراك الأفراد لهذا الموقف ودرجة تأثرهم به.

3- دراسة الفروق الإحصائية بين أفراد الموعة الممارسة لنشاطات الرياضات الجماعية في التوافق النفسي العام وأبعاده حسب متغير الجنس.

3-1 دراسة الفروق الإحصائية بين أفراد الموعة الممارسة لنشاطات الرياضات الجماعية في التوافق الشخصي (النفسي) حسب متغير الجنس.

جدول رقم25: يبين المتوسط الحسابي والانحراف المعياري للتلاميذ الممارسين للرياضات الجماعية (ذكور) والتلميذات الممارسات للرياضات الجماعية (إناث) ، قيمة - ت- ومستوى دلالة الفروق فيما تخص التوافق الشخصي (النفسي).

القيمة	**الموعة الممارسة (ذكور)**		**الموعة الممارسة (إناث)**		**قيمة – ت- ومستوى دلالة الفروق**		**اتجاهات الفروق لصالح**	
المتغيرات	م1	ع1	م2	ع2	**قيمة- ت-**	**مستوى الدلالة**	**ذكور**	**إناث**
الاعتماد على النفس	13.44	01.52	13.01	01.72	02.51	دالة	الذكور	/
الإحساس بالقيمة الذاتية	13.59	01.44	13.58	03.27	0.01	غير دالة	/	/
الشعور بالحرية	13,59	01.38	13.29	03.76	01.05	غير دالة	/	/
الشعور بالانتماء	13.98	02.64	13.51	01.41	01.97	دالة	الذكور	/
التحرر من الميل إلى الانفراد	12.91	02.82	12.44	01.47	01.88	دالة	الذكور	/
خلو المراهق من الأعراض العصابية	12.07	01.60	12.28	01.49	- 01.28	غير دالة	/	/
مجموع القسم الأول: التوافق الشخصي	79.59	08.60	78.12	10.76	01.42	غير دالة	/	/

يتضح من الجدول (25) ما يلي :

1- وجود فروق ذات دلالة إحصائية في الاعتماد على النفس بين تلاميذ وتلميذات الموعة الممارسة،حيث كانت قيمة-ت- المحسوبة(02.51) وهذا لصالح الذكور، وهي أكبر من قيمة –ت- الدولة (01.96).

2-عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في الإحساس بالقيمة الذاتية بين تلاميذ وتلميذات الموعة الممارسة،، ويتضح ذلك من خلال قيمة - ت- المحسوبة(0.01) وهي أقل من قيمة - ت- الدولة .

3- عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في الشعور بالحرية بين تلاميذ وتلميذات الموعة الممارسة،حيث كانت قيمة - ت- المحسوبة (01.05)، وهي أقل من قيمة - ت- الدولة.

4- وجود فروق ذات دلالة إحصائية في الشعور بالانتماء بين تلاميذ وتلميذات الموعة الممارسة،ويتضح ذلك من خلال قيمة - ت- المحسوبة(01.97) وهي أقل من قيمة - ت- الدولة.

5- وجود فروق ذات دلالة إحصائية في التحرر من الميل إلى الانفراد بين تلاميذ وتلميذات الموعة الممارسة،حيث كانت قيمة - ت- المحسوبة (01.88) وهذا لصالح الذكور، وهي أكبر من قيمة - ت- الدولة.

6- عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في الخلو من الأعراض العصابية بين تلاميذ وتلميذات الموعة الممارسة،، ويتضح ذلك من خلال قيمة - ت- المحسوبة(- 01.28) وهي أقل من قيمة - ت- الدولة.

7- عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في جموع القسم الأول:التوافق الشخصي بين تلاميذ وتلميذات الموعة الممارسة،حيث كانت قيمة - ت- المحسوبة (01.42)، وهي أقل من قيمة - ت- الدولة.

ويرجع الباحث هذه النتائج إلى كون درجة ممارسة الأنشطة الرياضية تتباين في ضوء اختلاف الجنس ضمن الطبيعي، وفي المحيط الذي اجري فيه الباحث هذه الدراسة لاحظأن التلاميذ أكثر ممارسة للأنشطة الرياضية المختلفة عن التلميذات بصورة عامة، فالتلميذ يمارس الأنشطة الرياضية المختلفة منذ اليوم الأول لدخوله المدرسة ويستمر حتى يوم تخرجه. أما التلميذات فقد يمارسن الأنشطة الرياضية في مرحلة معينة ثم يتوقفن لعدة أسباب قد تكون أسرية، أو اجتماعية، أو دراسية أو أي سبب آخر.

كما أشارت دراسة موريس moriss 1992 إلى أن الفتاة الرياضية أكثر انفعالية، واقل صبرا وأكثر قلقا، واقل ضبطا وتحكما في الذات، وفي الانفعالات من اللاعب الرياضي في مجال المستويات الرياضية العالية، كما أن الفتاة الرياضية تتميز بدافعية المستوى والقابلية للتعلم، والاستعداد لبذل المزيد من الجهد، والانتظام في التدريب ومحاولة تجنب الفشل والتطلع إلى التقدير الاجتماعي. وهو ما يفسر وجود فروق ذات دلالة إحصائية ف الاعتماد على النفس لصالح الذكور.

أما بخصوص عدم وجود فروق إحصائية بين الذكور والإناث في كل منالإحساس بالقيمة الذاتية، الشعور بالحرية، ، الخلو من الاعراض العصابية، التوافق الشخصي فقد أشارت دراسة (سكوت scott) عام 1987 إلى انه يبدو - بصفة عامة - إمكانية وصف خصائص الشخصية للفتيات الرياضيات بصورة مشابهة للخصائص الشخصية للرياضيين الذكور، كما يبدو أن الممارسين للنشاط الرياضي الواحد سواء أكانوا ذكورا أم إناثا يتشابهون بدرجة كبيرة نسبيا في بعض جوانب الشخصية.

2-3 دراسة الفروق الإحصائية بين أفراد المجموعة الممارسة لنشاطات الرياضات الجماعية في التوافق الاجتماعي حسب متغير الجنس.

جدول رقم26: يبين المتوسط الحسابي والانحراف المعياري للتلاميذ الممارسين للرياضات الجماعية (ذكور) والتلميذات الممارسات للرياضات الجماعية (إناث)، قيمة -ت- ومستوى دلالة الفروق فيما تخص التوافق الاجتماعي.

القيمة / المتغيرات	المجموعة الممارسة (ذكور) م1	المجموعة الممارسة (ذكور) ع1	المجموعة الممارسة (إناث) م2	المجموعة الممارسة (إناث) ع2	قيمة – ت-	مستوى الدلالة	اتجاهات الفروق لصالح ذكور	اتجاهات الفروق لصالح إناث
المستويات الاجتماعية	16.61	01.24	13.58	01.28	0.21	غير دالة	/	/
تحرر المراهق من الميول المضادة للمجتمع	13.97	01.17	13.55	01.35	03.06	دالة	ذكور	/
المهارات الاجتماعية	13.27	01.50	13.61	01.48	- 02.10	دالة	/	اناث
العلاقات في الأسرة	13.11	01.49	13.47	01.43	- 02.30	دالة	/	اناث
العلاقات في المدرسة	12.61	02.71	13.78	03.20	- 03.74	دالة	/	اناث
العلاقات في البيئة المحلية	13.67	01.40	13.19	01.63	02.96	دالة	ذكور	/
مجموع القسم الأول: التوافق الاجتماعي	80.23	07.40	81.18	08.09	- 01.16	غير دالة	/	/

يتضح من الجدول (26) ما يلي:

1- عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في الاعتراف بالمستويات الاجتماعية بين تلاميذ وتلميذات المجموعة الممارسة،حيث كانت قيمة - ت- المحسوبة (0.21)، وهي أقل من قيمة - ت- المجدولة (01.96).

2- وجود فروق ذات دلالة إحصائية فيما يخص التحرر من الميول المضادة للمجتمع بين تلاميذ وتلميذات المجموعة الممارسة،حيث كانت قيمة - ت- المحسوبة (03.06)، وهي أكبر من قيمة - ت- المجدولة وهذا لصالح الذكور.

3- وجود فروق ذات دلالة إحصائية في المهارات الاجتماعية بين تلاميذ وتلميذات المجموعة الممارسة،وهذا لصالح الإناث، ويتضح ذلك من خلال قيمة - ت- المحسوبة(- 02.10) وهي أكبر من قيمة - ت- المجدولة .

4-وجود فروق ذات دلالة إحصائية فيما يخص العلاقات في الاسرة بين تلاميذ وتلميذات الموعة الممارسة لصالح الاناث،حيث كانت قيمة - ت- المحسوبة (- 02.30)، وهي أكبر من قيمة - ت- الدولة.

5- عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في العلاقات في المدرسة بين تلاميذ وتلميذات الموعة الممارسة،حيث كانت قيمة - ت- المحسوبة (- 03.70)، وهي أكبر من قيمة - ت- الدولة.

6- وجود فروق ذات دلالة إحصائية في العلاقات في البيئة المحلية بين تلاميذ وتلميذات الموعة الممارسة،وهذا لصالح الذكور، ويتضح ذلك من خلال قيمة - ت- المحسوبة(02.96) وهي اكبر من قيمة - ت- الدولة.

7- عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مجموع القسم الثاني:التوافق الاجتماعي بين تلاميذ وتلميذات الموعة الممارسة حيث كانت قيمة - ت- المحسوبة (- 01.16) ، وهي أقل من قيمة - ت- الدولة.

جدول رقم27:جدول يبين المتوسط الحسابي والانحراف المعياري للتلاميذ الممارسين للرياضات الجماعية (ذكور) والتلميذات الممارسات للرياضات الجماعية (إناث)، قيمة –ت- ومستوى دلالة الفروق فيما يخص التوافق العام (النفسي الاجتماعي).

القيمة / المتغيرات	الموعة الممارسة (ذكور)		الموعة الممارسة (إناث)		قيمة – ت- ومستوى دلالة الفروق		اتجاهات الفروق لصالح	
	م1	ع1	م2	ع2	قيمة- ت-	مستوى الدلالة	ذكور	إناث
التوافق النفسي	79.59	08.60	78.12	10.76	01.42	غير دال	/	**/**
التوافق الاجتماعي	80.23	07.40	81.18	08.09	01.16 -	غير دال	/	**/**
مجموع التوافق العام (النفسي الاجتماعي)	159.82	15.36	159.31	17.60	02.87	دال	ذكور	**/**

يتضح من الجدول (27) ما يلي :

1- عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في التوافق النفسي بين تلاميذ وتلميذات الموعة الممارسة،حيث كانت قيمة –ت- المحسوبة (01.42)، وهي اقل من قيمة –ت- الدولة (01.96)

2- عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في التوافق الاجتماعي بين تلاميذ وتلميذات الموعة الممارسة ويتضح ذلك من خلال قيمة –ت- المحسوبة(- 01.16) وهي أقل من قيمة –ت- الدولة.

3- وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مجموع التوافق العام (النفسي الاجتماعي)بين تلاميذ وتلميذات الموعة الممارسة،حيث كانت قيمة –ت- المحسوبة (02.87)وهي أكبر من قيمة –ت- الدولة.

وتشير هذه النتائج إلى أن تأثير ممارسة الأنشطة الرياضية على مستوى التوافق النفسي والتوافق الاجتماعي كان بنفس الدرجة بين الذكور والإناث وهو ما يعني أن التلميذات الممارسات للرياضات الجماعية يتمتعن بنفس

المستوى من التوافق النفسي والتوافق الاجتماعي الذي يتمتع به التلاميذ (الذكور) الممارسين. في حين اشارت النتائج ان تاثير ممارسة نشاطات الرياضات الجماعية على مستوى التوافق العام –النفسي الاجتماعي)كان لصالح الذكور.

ويذكر أمين أنور الخولي " أن التربية الرياضية تعمل على تنمية قدرات كل إنسان، فهي تنمي إرادته والتحكم في أهوائه وتجعله مندمجا في مجتمعه وينبغي أن نضمن استمرارية النشاط وممارسة الرياضية طوال حياة الإنسان وذلك لنضمن تربية شاملة ودائمة.[1]

[1]-أمين أنور الخولي ، **الرياضة والمجتمع** – مرجع سابق . ص146

4- دراسة الفروق الإحصائية بين أفراد المجموعة الممارسة لنشاطات الرياضات الجماعية في التوافق النفسي العام وأبعاده حسب متغير نوع الرياضة الجماعية الممارسة.

4-1 دراسة الفروق الإحصائية بين أفراد المجموعة الممارسة لنشاطات الرياضات الجماعية في التوافق الشخصي(النفسي) حسب متغير نوع الرياضة الجماعية الممارسة.

	المجموعة الممارسة							
	الكرة الطائرة		كرة السلة		كرة اليد		كرة القدم	
	م1	ع1	م2	ع2	م3	ع3	م4	ع4
الاعتماد على النفس	12.80	01.87	13.20	01.56	13.43	01.42	13.78	01.38
الإحساس بالقيمة الذاتية	12.96	01.74	13.93	03.86	13.69	01.21	13.88	01.29
الشعور بالحرية	12.89	01.76	13.96	04.38	13.42	01.51	13.63	01.22
الشعور بالانتماء	14.02	03.56	13.72	01.28	13.51	01.41	13.87	01.30
التحرر من الميل إلى الانفراد	12.46	01.39	12.42	01.47	13.00	0.98	13.14	04.76
الخلو من الأعراض العصابية	11.84	01.79	12.12	01.53	12.56	01.28	12.15	01.47
مجموع القسم الأول:التوافق الشخصي.	76.97	10.00	79.35	11.54	79.63	06.89	80.47	08.67

جدول رقم28:جدول يبين المتوسط الحسابي والانحراف المعياري للتلاميذ الممارسين للرياضات الجماعية (ذكور+إناث)، فيما يخص التوافق الشخصي (النفسي)حسب نوع الرياضة الممارسة

من خلال نتائج الجدول 28 والشكل رقم (05) نلاحظ:

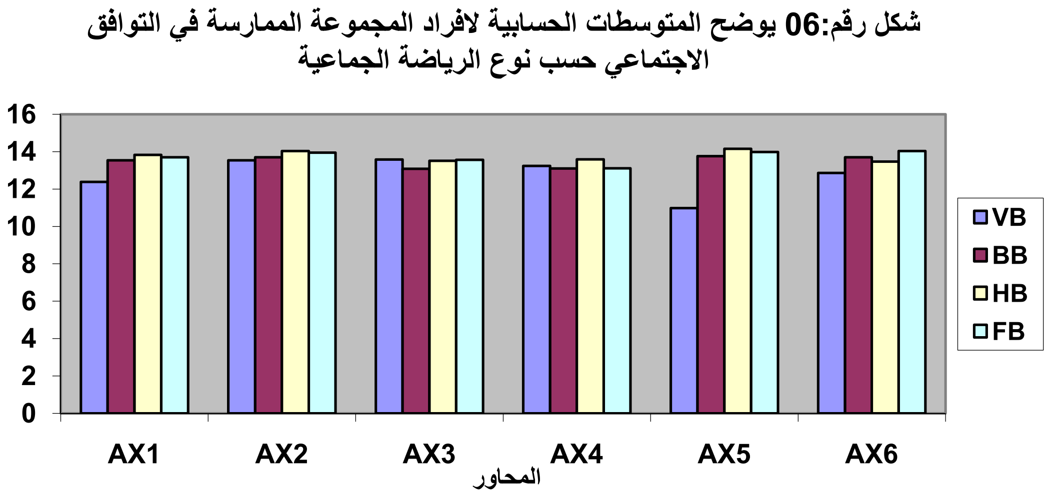
من خلال الشكل رقم 06 نلاحظ مايلي:

- يتساوى الممارسون لرياضة كرة السلة ورياضة كرة اليد في تقريبا في كل محاور التوافق النفسي ما عدى في المحور الخاص بالتحرر من الميول المضادة للمجتمع حيث بلغ متوسط حسابهم على التوالي (12,42)، (13,00)
- تعتبر رياضة كرة القدم أكثر الرياضات تميزا في التوافق النفسي فقد بلغ متوسط درجاتها (80.47)
- تعتبر رياضة الكرة الطائرة أكثر الرياضات تميزا في الشعور بالانتماء حيث بلغ (14.02)

4-2 دراسة الفروق الإحصائية بين أفراد المجموعة الممارسة لنشاطات الرياضات الجماعية في التوافق الاجتماعي حسب متغير نوع الرياضة الجماعية الممارسة

جدول رقم29:جدول يبين المتوسط الحسابي والانحراف المعياري للتلاميذ الممارسين للرياضات الجماعية (ذكور+إناث)، قيمة –ت- ومستوى دلالة الفروق فيما يخص التوافق الاجتماعي

	المجموعة الممارسة							
	الكرة الطائرة		**كرة السلة**		**كرة اليد**		**كرة القدم**	
	م1	**ع1**	**م2**	**ع2**	**م3**	**ع3**	**م4**	**ع4**
المستويات الاجتماعية.	13.38	01.35	13.54	01.24	13.83	01.14	13.70	01.27
المهارات الاجتماعية	13.54	01.50	13.70	01.19	14.03	01.18	13.95	01.01
العلاقات في الأسرة	13.58	01.52	13.08	01.59	13.51	01.49	13.56	01.25
التحرر من الميول المضادة للمجتمع	13.24	01.47	13.10	01.56	13.59	01.33	13.11	01.50
العلاقات في المدرسة	10.98	02.91	13.76	01.23	14.15	04.01	13.98	0.99
العلاقات في البيئة المحلية	12.86	01.79	13.70	01.26	13.47	01.56	14.03	0.98
مجموع القسم الثاني: التوافق الاجتماعي.	77.58	07.74	80.88	07.38	82.57	08.06	82.33	06.14



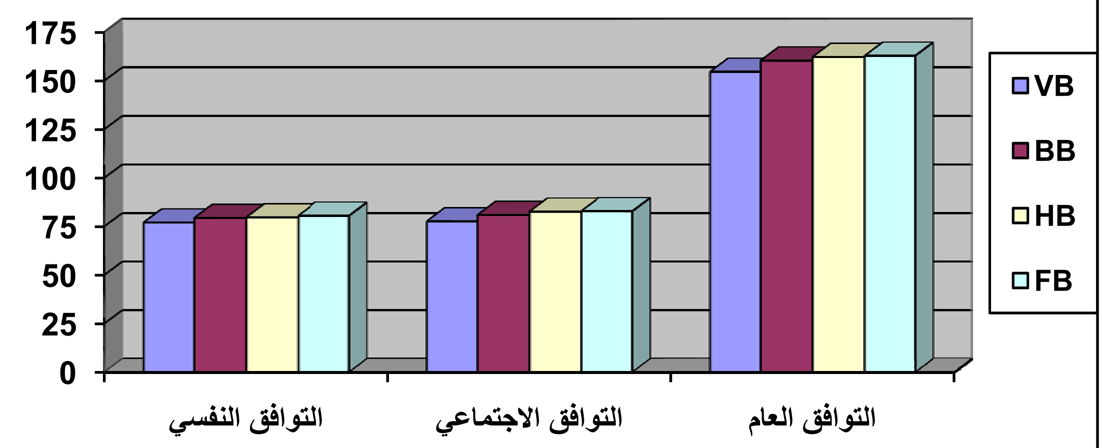
من خلال نتائج الجدول 29 والشكل رقم (06) نلاحظ يتساوى الممارسون للرياضات الجماعية الأربعة (الكرة الطائرة-كرة السلة-كرة اليد-كرة القدم) في تقريبا في كل محاور التوافق الاجتماعي ما عدى في المحور الخاص بالعلاقات في المدرسة حيث سجلت المجموعة الممارسة لرياضة الكرة الطائرة اصغر متوسط حسابي والذي كانت قيمته (10.98)

- تعتبر رياضة كرة القدم أكثر الرياضات تميزا في العلاقات في البيئة المحلية فقد بلغ متوسط درجاتا (14.03)
- تعتبر رياضة كرة اليد أكثر الرياضات تميزا في العلاقات في المدرسة حيث بلغ (14.15)

جدول رقم30:جدول يبين المتوسط الحسابي والانحراف المعياري للتلاميذ الممارسين للرياضات الجماعية (ذكور+إناث)، الفروق فيما يخص التوافق العام (الشخصي الاجتماعي).

	الموعة الممارسة							
	الكرة الطائرة		**كرة السلة**		**كرة اليد**		**كرة القدم**	
	م1	**ع1**	**م2**	**ع2**	**م3**	**ع3**	**م4**	**ع4**
القسم الأول: التوافق الشخصي.	76.97	10.00	79.35	11.54	79.63	06.89	80.47	08.67
القسم الثاني: التوافق الاجتماعي.	77.58	07.74	80.88	07.38	82.57	08.06	82.33	06.14
القسم الثاني: التوافق العام	154.55	17.06	160.23	17.75	162.2	14.28	162.8	14.06

شكل رقم:07 يوضح المتوسطات الحسابية للمجموعة الممارسة في التوافق العام (نفسي اجتماعي)حسب نوع الرياضة الممارسة



من خلال الشكل رقم 07 نلاحظ مايلي:

- يتساوى الممارسون لرياضة كرة السلة ورياضة كرة اليد في التوافق النفسي حيث بلغ متوسط حسابم على التوالي (79.35)،(79.63)

- تعتبر رياضة كرة القدم أكثر الرياضات تميزا في التوافق الاجتماعي فقد بلغ متوسط درجاتا (82.33)

- تعتبر رياضة الكرة الطائرة أقل الرياضات تميزا في التوافق العام (النفسي الاجتماعي) حيث بلغ (154.55)

ويفسر الباحث هذه النتاج بكون كل من رياضة كرة السلة وكرة اليد رياضتين تنافسيتين تشترك في مجموعة من القوانين و القواعد التي تحدد مختلف النواحي الفنية والتنظيمية ،كما تتشابه هاتين الرياضتين في كثرة الخطط الهجومية والدفاعية التي تتطلب اتصاف اللاعبين بمجموعة من الصفات البدنية والنفسية مثل الثقة بالنفس وعدم الارتباك وصعوبة الاستثارة وعدم تشتت الانتباه.

كما يفسر الباحث تميز كرة القدم في التوافق الاجتماعي بكون رياضة كرة القدم لعبة شعبية عالمية لها جمهور واسع وعريض، بخصوصية كبيرة عن مثيلاتا من الرياضات الجماعية، وذلك لسعة الملعب وكبر مساحته ووقت المباراة الذي يفوق أوقات مباريات الألعاب الأخرى وهو ما ينعكس على أداء لاعبيها كما أن قدرة لاعبيها في إظهار إمكانياتم البدنية،المهارية والخططية تؤدي إلى ظهور حالات الإثارة والتشويق والاستمتاع بجو المباراة .كما تتميز رياضة كرة القدم بعدد لاعبيها الذي يفوق عدد لاعبي بقية الفرق الجماعية الأخرى مما يتيح للاعبيها الـال الواسع للاختلاط والاحتكاك ببعضهم وبالمحيط الخارجي من منافسين وحكام.

- دراسة الفروق الإحصائية بين **أفراد الـموعة الممارسة لنشاطات الرياضات الجماعية** في **السلوك التربوي الرياضي حسب متغير الجنس.**

جدول رقم31:جدول يبين المتوسط الحسابي والانحراف المعياري لأفراد الـموعة الممارسة للرياضات الجماعية (ذكور+إناث)، قيمة -ت- ومستوى دلالة الفروق فيما تخص السلوك التربوي الرياضي بشكل عام حسب متغير الجنس.

القيمة	الـموعة الممارسة(ذكور)		الـموعة الممارسة (إناث)		قيمة – ت- ومستوى دلالة الفروق		اتجاهات الفروق لصالح	
المتغيرات	م1	ع1	م2	ع2	قيمة-ت-	مستوى الدلالة	ذكور	إناث

السلوك التربوي الرياضيداخل درسالتربية الرياضية	55.07	09.96	55.05	10.01	01.85 -	غير دال	/	/
السلوكالتربوي الرياضي خلال النشاط الرياضي الداخلي	48.23	06.95	46.87	07.26	01.79	غير دال	/	/
مجموعالسلوك التربوي الرياضي بشكل عام	103.3	12.65	103.92	13.15	0.45 -	غير دال	/	/

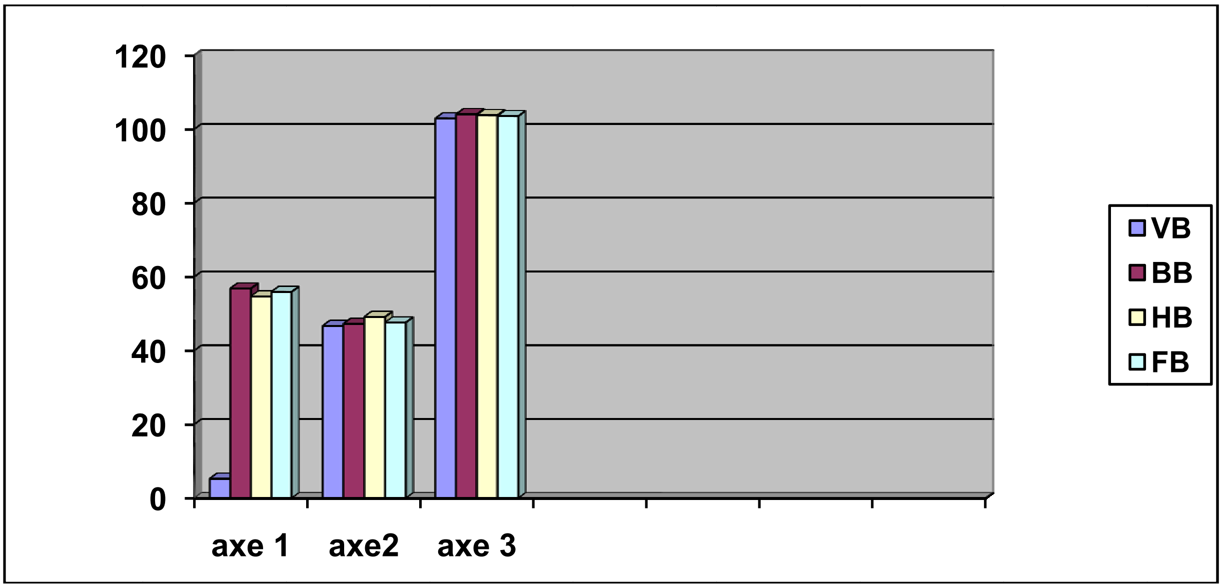
يتضح من الجدول (31) ومن خلال نتائج المقارنة بين المجموعتين الذكور و الإناث في ما يخص السلوك التربوي الرياضي بشكل عام ومحاوره ما يلي:

- عدم وجود فروق دالة إحصائيا عند مستوى دلالة (0.01) بين المجموعتين (الذكور والإناث) فيما يخص السلوك التربوي الرياضي داخل حصة التربية البدنية والرياضية حيث كانت قيمة (ت) المحسوبة (01.79)، وهي أقل من قيمة (ت) المجدولة .
- عدم وجود فروق دالة إحصائيابين المجموعتين (الذكور والإناث) فيما يخص السلوك التربوي الرياضي خلال النشاط الرياضي الداخلي، حيث كانت قيمة (ت) المحسوبة (- 01.85)، وهي أقل من قيمة (ت) المجدولة 0.05 والتي قيمتها (01.96).
- عدم وجود فروق دالة إحصائيا عند مستوى دلالة (0.01) بين المجموعتين (الذكور والإناث) فيما يخص السلوك التربوي الرياضي بشكل عام حيث كانت قيمة (ت) المحسوبة (- 0.45)،وهي أقل من قيمة (ت) المجدولة.

6- دراسة الفروق الإحصائية بين أفراد المجموعة الممارسة لنشاطات الرياضات الجماعية في السلوك التربوي الرياضي حسب متغير نوع الرياضة الجماعية الممارسة.

جدول رقم:32جدول يبين المتوسط الحسابي والانحراف المعياري لأفراد المموعة الممارسة للرياضات الجماعية (ذكور+إناث)، قيمة -ت- ومستوى دلالة الفروق فيما تخص السلوك التربوي الرياضي بشكل عام حسب نوع الرياضة الممارسة.

	المموعة الممارسة							
	الكرة الطائرة		**كرة السلة**		**كرة اليد**		**كرة القدم**	
	م1	**ع1**	**م2**	**ع2**	**م3**	**ع3**	**م4**	**ع4**
السلوك التربوي الرياضيداخل درسالتربية الرياضية .	05.24	10.50	56.80	09.81	54.68	09.47	55.90	10.37
السلوك التربوي الرياضي خلال النشاط الرياضي الداخلي	46.68	07.19	47.24	06.33	49.11	07.59	47.61	07.24
مجموع السلوك التربوي الرياضي بشكل عام	102.92	13.82	104.04	11.66	103.80	12.57	103.52	13.72



يتضح من الجدول (36) ومن خلال نتائج المقارنة بين المجموعات الأربعة (الممارسين لرياضة كرة القدم، كرة السلة، كرة اليد، الكرة الطائرة) في ما يخص السلوك التربوي الرياضي بشكل عام ومحاوره:

- وجود فرق دال إحصائيا عند مستوى دلالة (0.01) بين متوسط درجات مجموعة الكرة الطائرة ومتوسط درجات مجموعة كرة السلة درجة ولمصلحة مجموعة المتوسط الحسابي الأكبر وهي الكرة الطائرة.

- وكذلك وجود فرق دال إحصائيا عند مستوى دلالة (0.01) بين متوسط درجات مجموعة الكرة الطائرة ومتوسط درجات مجموعة كرة اليد ولمصلحة مجموعة المتوسط الحسابي الأكبر وهي الكرة الطائرة.

- عدم وجود فرق دال إحصائيا عند مستوى دلالة (0.01) بين متوسط درجات مجموعة كرة اليد ومتوسط درجات مجموعة كرة السلة.

- وجود فرق دال إحصائيا عند مستوى دلالة (0.01) بين متوسط درجات مجموعة الكرة الطائرة ومتوسط درجات مجموعة كرة السلة ولمصلحة مجموعة المتوسط الحسابي الأكبر وهي الكرة الطائرة.

وعليه وبشكل عام فانه وكما ا أسفرت عليه النتائج المبينة في الشكل رقم 07 ، توجد فروق دالة إحصائيا بين التلاميذ الممارسين للرياضات الجماعية التي تتميز بالاحتكاك الجسماني مثل (كرة السلة كرة اليد وكرة القدم بدرجة اقل) وبين الممارسين لرياضة الكرة الطائرة التي لا تتميز بالاحتكاك الجسماني فيما يخص السلوك التربوي الرياضي بشكل عام.ويفسر الباحث هذه النتائج بحصول الرياضيين في الأنشطة السابق ذكرها والتي تتميز بالاحتكاك الجسماني على درجات عالية في الاستقلالية ودرجات منخفضة في قوة الأنا بالمقارنة بنشاط الكرة الطائرة والتي لا تتميز بالاحتكاك الجسماني.

مناقشة نتائج الدراسة الميدانية:

1- مناقشة نتائج مستوى التوافق النفسي الاجتماعي بين التلاميذ الممارسين للرياضات الجماعية وغير الممارسين.

مما تقدم وكما هو موضح في الجدول (21) الذي يشير إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين التلاميذ الممارسين للرياضات الجماعية وزملائهم غير الممارسين في مستوى التوافق النفسي الاجتماعي.إن ظهور هذه العلاقات المعنوية والتي تحقق هدف البحث وفرضيته العامة لها دلالات تشير إلى أهمية ممارسة نشاطات الرياضات الجماعية في النوادي الرياضية إذ تعد جزءا هاما من البرامج التي تدف إلى إعداد مجتمع أكثر صلاحية، ذلك لكونا تستهدف نمو الأفراد نموا متزنا، متكاملا في كل النواحي الصحية، والعقلية والاجتماعية، والخلقية، ناهيك عن إسهاماتا في مجال الخدمة الاجتماعية، بحيث تستفيد هذه الأخيرة من أنشطة وبرامج الرياضات الجماعية كوسائل وقائية، وعلاجية للتوجيه الاجتماعي للتلاميذ، فعن طريق النشاط الرياضي نستطيع ملاحظة، وإتباع أنواع السلوك، والعلاقات الاجتماعية التي تظهر خلال هذه النشاطات.

وتتفق هذه النتائج مع نتائج بعض الدراسات السابقة مثل دراسة عبد الرحيم ذياب **عن تأثير الممارسة الرياضية على التوافق النفسي لطلاب المرحلة الثانوية** في **دولة الكويت**.ودراسة احمد أمين فوزي **عن اثر التدريب الرياضي** في **التوافق النفسي لتلاميذ المرحلة الإعدادية"** وكذا دراسة ثناء فؤاد أمين عن "**دراسة العلاقة** بين **ممارسة الأنشطة الرياضية ونوعيتها، والتوافق الشخصي والاجتماعي لطالبات المرحلة الثانوية الفنية لشرق الإسكندرية**.التي أشارت نتائجها الإحصائية في مجملها إلى وجود فروق دالة إحصائيا بين العينة الرياضية، والعينة غير الممارسة للنشاط الرياضي في التوافق النفسي والاجتماعي، والتوافق العام لصالح العينة الرياضية.

بالنسبة لنتائج المقارنة بين المجموعتين الممارسة وغير الممارسة في التوافق النفسي فقد أظهرت النتائج المبينة في الجدول (13) وجود فروق دالة إحصائيا بين التلاميذ الممارسين للرياضات الجماعية والتلاميذ غير الممارسين لصالح المجموعة الأولى، ويفسر الباحث هذه النتائج بما تحققه الرياضات الجماعية من لذة و ارتياح ، فالتلميذ حين يمارس رياضة جماعية معينة يلعب، وحين تتوفر فيه التلقائية يحقق ذاتيته، فهو يجري و يقفز، ويتحرك مشغلا الأدوات الرياضية المتمثلة أساسا في الكرة وما يوحيه، من حركات إنما يعبر عما يكنه في نفسه، ويحل مشاكله الخاصة، وفي هذا الانطلاق لا يعبر عن ذاتيته فقط، بل وتسيطر الذات على الميدان كله، ولا تخضع لأي صراع معين وهي تتحرر من كل ما هو مكبوت حين يغمره السرور، والفرح والحماس عند النجاح في السيطرة على حركاته وعلى الكرة. إن الثقة في النفس تعتبر بمثابة التعبير عن قيمة الشخص لذاته، كما أن الخبرات الرياضية المبكرة ذات أهمية كبيرة في تشكيل الثقة بالنفس لدى النشء الصغير، فهؤلاء الذين لديهم خبرات نجاح مبكرة يكونون أكثر ثقة بأنفسهم، يشعرون بالمزيد من قيمتهم، ويصبحون أكثر واقية لمواصلة التفوق، وفي المقابل فإن هؤلاء الذين لديهم خبرات فشل مبكرة يصبحون أقل ثقة في أنفسهم.1

---

[1] -أسامة كامل راتب - **علم النفس الرياضة المفاهيم والتطبيقات-** ط1997 ،ص351

وقد أشار في هذا السياق احمد ساري حمدان إلى الدور الذي تلعبه ممارسة الأنشطة البدنية والرياضية في تهيئة كثيراً من الفرص التي تتيح للفرد اكتساب الخبرات النفسية التي تساعد كثيراً في تكوين شخصيته لحياة الجماعة واكتسابه لمستويات سلوكية مناسبة كما أنها تشبع فيه شعور الانتماء وتنمي القيم الاجتماعية والخلقية السامية [1]

والتلاميذ كغيرهم من أفراد المجتمع لهم دوافعهم وحاجاتهم الجسمية والنفسية والاجتماعية التي يرغبون إلى إشباعها ويتوقف تكيفهم على درجة هذا الإشباع وعلى المدرسة أن تأخذ دورها في مساعدة التلاميذ من اجل الوصول إلى مستوى التكيف الاجتماعي السليم وان عدم تمكنها من إشباع حاجات تلاميذها يؤدي الى نتائج سلبية أهمها فشلهم في التكيف مع جو المدرسة الأمر الذي يؤثر في مستواهم الدراسي.

أما بالنسبة لنتائج المقارنة بين المجموعتين في التوافق الاجتماعي فقد أظهرت النتائج المبينة في الجدول (20) وجود فروق دالة إحصائيا بين التلاميذ الممارسين للرياضات الجماعية والتلاميذ غير الممارسين لصالح المجموعة الأولى، ويفسر الباحث هذه النتائج بكون العلاقات في المجال الرياضي تحمل في طياتها العلاقات والمهارات الاجتماعية فلاعب الرياضات الجماعية لا يمكنه أن يحرز الهدف أو الفوز إلا بتعاونه مع جميع زملائه.

وقد أشار بيوكرتشالرز إلى أن التفاعل الاجتماعي عامل أساسي مصاحب للنمو البدني الذي يوجب ضرورة الموازنة بين الاهتمام بالمهارة الحركية والخبرة الاجتماعية في أثناء الممارسة الرياضية وضرورة الاهتمام البالغ بالألعاب الجماعية بوصفها وسيلة من وسائل تطوير اللياقة البدنية لتنمية العلاقات الاجتماعية بين الأفراد.[2]

يشير أسامة كامل راتب إلى أن الرياضة لها تأثير إيجابي كبير في توفير فرص متنوعة لتنمية المهارات الاجتماعية في العلاقات الشخصية مع الزملاء والمنافسين والقيادات ... الـخ، كما يمكن تطوير مهارة القيادة عندما يتاح فرصة توجيه زملائه من اجل تحقيق الأهداف بنجاح.[3]

كما ويمكن تحقيق احتياجات الإنسان عن طريق اللعب، وليس اللعب الا تعبيراً عن قيم ثقافية وهي انعكاس حقيقي للتنشئة الاجتماعية فالألعاب تعين على التكيف مع المحيط وتعكس معايير الضبط الاجتماعي (الشافعي ، 2001، 17-24) ان مزاولة الأنشطة الرياضية الممارسة يهيأ للفرد العمل مع الجماعة الامر الذي يؤدي الى زيادة خبراته وتقوية شخصيته فضلاً عن زيادة علاقاته مع زملاءه ومدرسته وبخاصة مدرسي التربية الممارسة فضلاً عن ان الطلاب الممارسين كثيراً ما تكون لهم لقاءات مع إدارات المدارس من خلال خصوصية منهجهم اليومي وبخاصة من خلال مشاركتهم في البطولات خارج نطاق المدرسة وعليه فان كل هذه الأمور تعطي التفوق للطلاب الممارسين في التكيف الاجتماعي المدرسي ومحاورة ألا ربعة .

تشير بعض المصادر الى ان النشاطات الرياضية اللاصفية تساعد التلميذ في النمو لكونه شخصا اجتماعيا وهي المجال الذي يتاح له فيه فرصة الاختلاط بالآخرين وتكوين الصداقات معهم والتعلم على كيفية التعايش مع

---

[1] - احمد ساري حمدان -**اللياقة البدنية والصحة**- دار وائل للنشر ، عمان، الأردن ، ط2001 1 ص 32

[2] - بيوكرتشالز -**أسس التربية البدنية** ، ترجمة حسن معوض وآخرين ، مطبعة الانجلو المصرية . 1964 ص445.

[3] -أسامة كامل راتب ، مرجع سابق ص 399

أنماط متعددة ومختلفة من الناس علماً بان هذه الفرصة تتم بشكل طبيعي وغير رسمي ويذكر وليامز (Williams) أن هذا النشاط هو وسيلة لتثبيت ما يكتسبه التلاميذ من معلومات كما تعودهم على العمل الجماعي كما وتشير موسوعة البحث التربوي إلى أننشاطات التلاميذ تشكل العنصر الرئيسي للحياة الاجتماعية المنظمة للمدرسة وهي تناظر الحياة الاجتماعية للمجتمع ويتعلمون من خلالها المهارات وينمون الفهم ويضيف رياض منقريوس إلى أن هذه النشاطات تساعد التلاميذ على تفريغ الطاقة الفائضة وان وظيفتها الاجتماعية تتمثل في اكتشاف المواهب وتطويرها والخلاصة أنا تعتبر الىال المناسب لإشباع حاجات وميول المراهق ومجال استثمار الطاقات الكامنة في أغراض نافعة وتمكن المراهق أيضا في اكتشاف نفسه والتعرف إلى قدراته وقابليته وتنميتها.

ويرى ماكفرسون وبراون Mcpherson and Brown انه بعد أن تتم تنشئة الأفراد اجتماعيا في الرياضة أو الأنشطة البدنية يجد الأفراد أنفسهم في بيئة اجتماعية با احتمال تعزيز أو تثبيط نموهم الشخصي ويعني ذلك افتراضاً ضمنياً أن نتائج التعلم الاجتماعي تكون محتملة من خلال المشاركة في الأنشطة البدنية والممارسة.أن موضوع التنشئة الاجتماعية عن طريق الرياضة يعني الاعتقاد بان اللعب والألعاب عبارة عن عناصر أساسية في عملية التنشئة الاجتماعية الشاملة. ولقد أكد الباحثون على أن الأنشطة الممارسة تكون بمثابة أدوات فعالة بالنسبة لانتقال القيم والسلوكيات.

كذلك فان مارسة النشاط الممارس يعمل على تنمية قوة الإرادة وتحقيق الذات حيث يساعد على التكيف الاجتماعي المدرسي من خلال تنمية مهارات التفاعل الاجتماعي والتخطيط الجماعي[1].

وفي السياق نفسه يذكر الشافعي أيضا " أن الىتمعات اتجهت إلى مارسة ومشاهدة الرياضة كنوع من أنواع تنمية المشاعر الجماعية، كل هذا خلق ومازال يخلق وجود إحساس بأن الفرد ينتمي إلى مجتمع معين ، هذا الىتمع يمكن أن يكون ناديا صغيرا أو مجتمعا بأكمله وبذلك يتحقق تجاوب الجمهور وثقتهم وتعاونم مع الىتمع الذي يسعى إلى تنمية الشعور بالمسؤولية وبناء الثقة ".[2]

كما يرى جيرسلد (Jersild) أن الفرد الذي يكون مقدراً من قبل أقرانه يكون على الأرجح أكثر سعادة وهدوء في كل حياته الخاصة (الفردية) وعلاقاته الاجتماعية.

[1]- حسن احمد الشافعي- مرجع سابق ص 120

[2]- نفس المرجع - 215

2- مناقشة نتائج مستوى السلوك التربوي الرياضي بين التلاميذ الممارسين للرياضات الجماعية وغير الممارسين.

من خلال الجدول (24) والخاص بنتائج مستوى السلوك التربوي الرياضي بين التلاميذ الممارسين للرياضات الجماعية وغير الممارسين. يتضح إن الفروقات بين المجموعتين معنوية ولصالح الطلبة الممارسين في مجالي السلوك التربوي العام بمجاليه(السلوك التربوي الرياضي داخل درس التربية الرياضية ، السلوك التربوي الرياضي في النشاط الداخلي).

إن ظهور هذه العلاقات المعنوية والتي تحقق هدف البحث وفرضيته لها دلالات تشير إلى أهمية الرياضات الجماعية من خلال عناصرها المتعددة في إعداد أو تعديل سلوك الفرد بالاتجاه الذي يطور شخصيته وبالتالي يؤثر في تكيفه الاجتماعي، إذ أن ممارسة النشاطات الرياضية يؤثر في تحسين مفهوم وتقدير الذات لدى الفرد باعتبارها وسيلة لتطوير السلوك الإنساني، حيث تتوقف شخصية الفرد ومكانته الاجتماعية على حسن سلوكه الذي يكسبه في أثناء حياته من خلال المشاركة العملية في لون من ألوان النشاطات البدنية لاسيما الجماعية منها، حيث يكتسب من خلال ممارسته الكثير من الصفات الاجتماعية التي تدعم حياته وتنمي في نفسه خدمة الصالح العام واحترام الغير والاعتزاز بالانتماء للجماعة، والإخلاص لها مما يؤثر تأثيرا فاعلاً في تدعيم شخصيته في التماسك الاجتماعي، فضلاً عن انسجام أفراده، أضف إلى ذلك أن هذه المزاولة تؤدي إلى خفض التوتر وتساعد في التخلص من بعض الأمراض النفسية.[1]

كما يفسر الباحث ذلك إلى أن الإنسان كائن اجتماعي ، يعيش ويقضي معظم وقته في جماعة يؤثر فيها ويتأثر بها، ويتحدد سلوكه الاجتماعي على أساس السلوك الاجتماعي المتعارف عليه . وتتيح مشاهدة المسابقات الرياضية فرصة تنمية العلاقات الاجتماعية بين الأفراد ، وهذه العلاقات لها تأثير كبير في السلوك ، وهذا التأثير يكون متداخلا ومتشابكا وهو مرتبط بخبرات الشخص، فإذا ما اشبع الفرد ميوله وحاجاته تكاملت شخصيته واستطاع التعامل مع الجماعة بسلوك تربوي بعيد عن التوترات الانفعالية أو اللامبالاة .

كما أن الاشتراك في الأنشطة الرياضية يؤدي وبمرور الزمن إلى صقل وتذيب الأخلاق والسلوك ، فينشأ الفرد وقد اقتبس معايير وقيما ونظما إنسانية تعد الدعائم الأساسية لتربية سلوكه تربية مقبولة اجتماعيا .

3_ مناقشة نتائج مستوى التوافق النفسي الاجتماعي بين التلاميذ الممارسين للرياضات الجماعية حسب متغير الجنس ونوع الرياضة الجماعية الممارسة.

من خلال الجدول (28) و الجدول (29) الخاص بنتائج مستوى التوافق النفسي ونتائج التوافق الاجتماعي على التوالي بين أفراد المجموعة الممارسة لنشاطات الرياضات الجماعية حسب متغير الجنس. يتضح عدم وجود فروق إحصائية بين الذكور والإناث في كل من التوافق النفسي والتوافق الاجتماعي.

[1]- أسامة كاملراتب ،مرجع سابق ص107

ويفسر الباحث هذه النتائج بكون الرياضة كنظام اجتماعي كبير وهي واقع ملموس في حياتنا يحدث فيها كل أنماط السلوك التي تحدث في الحياة العادية.فالرياضة جزء من نسيج هذا المجتمع أي أنها صورة مصغرة من المجتمع الأكبر لذا فهي تتأثر بكل ما يسود في هذا المجتمع من فلسفة وقيم وعادات وتقاليد وظروف اجتماعية واقتصادية وسياسية. وإذا نظرنا إلى الرياضة نظرة موضوعية فسوف نلاحظ أن الرياضة بأنشطتها المتعددة ومجالاتها المتنوعة تؤثر على المجتمع. فالرياضة لها تأثير حيوي على الممارسين لها (بغض النظر عن جنسهم) فهي تكسبهم العديد من صفات المواطنة الصالحة التي تؤهلهم لان يكونوا مواطنين نافعين لأنفسهم ولمجتمعهم

أما بالنسبة لنتائج المقارنة بين أفراد المجموعة الممارسة (ذكور / إناث) حسب نوع الرياضة الجماعية الممارسة في مستوى التوافق النفسي الاجتماعي فقد أظهرت النتائج المبينة في الجدول (30) النتائج التالية:

- يتساوى الممارسون لرياضة كرة السلة ورياضة كرة اليد في تقريبا في كل محاور التوافق النفسي ما عدى في المحور الخاص بالتحرر من الميول المضادة للمجتمع .
- تعتبر رياضة كرة القدم أكثر الرياضات تميزا في التوافق النفسي .
- تعتبر رياضة الكرة الطائرة أكثر الرياضات تميزا في الشعور بالانتماء .
- يتساوى الممارسون للرياضات الجماعية الأربعة (الكرة الطائرة-كرة السلة-كرة اليد-كرة القدم) في تقريبا في كل محاور التوافق الاجتماعي ما عدى في المحور الخاص بالعلاقات في المدرسة حيث سجلت المجموعة الممارسة لرياضة الكرة الطائرة اصغر متوسط حسابي.
- تعتبر رياضة كرة القدم أكثر الرياضات تميزا في العلاقات في البيئة المحلية.
- تعتبر رياضة كرة اليد أكثر الرياضات تميزا في العلاقات في المدرسة.
- يتساوى الممارسون لرياضة كرة السلة ورياضة كرة اليد في التوافق النفسي.
- تعتبر رياضة كرة القدم أكثر الرياضات تميزا في التوافق الاجتماعي.
- تعتبر رياضة الكرة الطائرة أقل الرياضات تميزا في التوافق العام (النفسي الاجتماعي).

ويفسر الباحث هذا التباين في مستوى التوافق العام ببعديه النفسي والاجتماعي لدى أفراد المجموعة الممارسة حسب نوع الرياضة الجماعية الممارسة (كرة القدم،كرة السلة،الكرة الطائرة،كرة اليد)إلى:

اختلاف طبيعة الأداء في الرياضات الجماعية:حيث يمكن النظر إلى التباين بين جماعات الفريق الرياضي من حيث طبيعة الأداء وتعقيده ومدى ما يتطلبه الأداء الجماعي من جهد فالبعد الأول يحتوي على الجماعات التي تمارس المنافسات بالتقابل وجها لوجه والاحتكاك المباشر مع المنافس مثل كرة السلة وكرة القدم وكرة اليد ويقابلها الجماعات التي تمارس المنافسات دون الاحتكاك المباشر مع المنافس مثل الكرة الطائرة.

أما البعد الثاني فيحوي الرياضات الجماعية التي تسمح قوانينها بإجراء تغييرات للاعبين دون التقيد بأي عدد أو زمن للتغيير مثل كرة السلة وكرة اليد ويقابلها الرياضات الجماعية التي تجعل تغيير اللاعبين في أضيق الحدود مثل كرة القدم.ويقابلها الرياضات التي لا تشترط قوانينها الحد من عدد التمريرات مثل بقية الرياضات.

_ اختلاف التناسب العددي والمساحي :من المعروف أن هناك علاقة عكسية بين حجم الجماعة وقوة أو مدى تأثير الجماعة على أعضائها وارتباطهم با.لذلك فان هناك تباينا بين الرياضات الجماعية المختلفة قد يصبح له التأثير على التفاعل داخل جماعة الفريق. فهناك جماعات يتراوح عددها أثناء المنافسات بين 5 و7 لاعبين بينما يصل في أثناء التدريب لحوالي12لاعبا مثل كرة السلة وكرة اليد الكرة الطائرة بينما توجد العاب يصل العدد أثناء المنافسة إلى 11لاعبا مثل كرة القدم.

كذلك فان الرياضات ذات العدد الكبير تتميز باستخدامها لملاعب كبيرة المساحة حيث تنقسم الجماعة في الملعب في الحقيقة إلى جماعات صغيرة موزعة على مساحات كبيرة وهذا بالطبع يضعف من قيمة تأثير الجماعة الأم على أفرادها

3- مناقشة نتائج مستوى السلوك التربوي الرياضي بين التلاميذ الممارسين للرياضات الجماعية حسب متغير الجنس ونوع الرياضة الجماعية الممارسة.

تشير النتائج الموضحة في الجدول (32) إلى:

عدم وجود فروق دالة إحصائيابين المجموعتين (الذكور والإناث) فيما يخص السلوك التربوي الرياضي داخل حصة التربية البدنية والرياضية.

عدم وجود فروق دالة إحصائيابين المجموعتين (الذكور والإناث) فيما يخص السلوك التربوي الرياضي خلال النشاط الرياضي الداخلي.

عدم وجود فروق دالة إحصائيا بين المجموعتين (الذكور والإناث) فيما يخص السلوك التربوي الرياضي بشكل عام.

ويفسر الباحث هذه النتائج بكون التلاميذ يمارسون في المدرسة وفي أوقات الفراغ الأنشطة الرياضية المختلفة ، و الأنشطة الرياضية بطبيعتها تكون جذابة للكبار والصغار ومن كلا الجنسين ، ومن خلال الممارسة تنمو لدى الإنسان قوة الإرادة والتحكم في أهوائه وينعكس ذلك في سلوكه ليس فقط في مجال التربية الرياضية، بل يتعدى ذلك ليشمل المجالات الأخرى ، فنراه خلال درس التربية الرياضية أو في خلال المباراة أو خلال وقت التدريب ملتزما بالقواعد والقوانين الخاصة باللعب ووقت المباراة وصافرة الحكم. يؤدي هذا الالتزام إلى عملية التطبيع ، فكما يحترم التلميذ وقت المباراة سيحترم جرس المدرسة ، وكما يحترم قوانين اللعبة ، سيحترم قوانين المدرسة.

ويذكر (السراج) " أن درس التربية الرياضية يوفر الكثير من فرص التمتع بحياة سعيدة وصحية وممارسة العمل في الهواء الطلق ومزاولة الألعاب الرياضية المتنوعة سواء داخل الصالات أو في مواطن السباحة هي بحد ذاتها عوامل إنسانية غرضها تحقيق حياة نشيطة ومسلية ، وفي الوقت نفسه ترمي إلى نمو الفرد اجتماعيا ونفسيا

وعقليا ، فضلاً عن النمو البدني عن طريق الفعاليات الرياضية المختلفة ، فهي تربية عن طريق الجسم ، إذ ان عملية التربية تتم في الوقت نفسه الذي يمارس فيه الفرد الفعاليات الرياضية ". [1]

وهو ما يتفق مع ما أشار إليه ألديري محمد ، بأن التربية الرياضية تستهدف ترقية سلوك الفرد وذلك من خلال توجيه سلوكه توجيها ايجابيا نحو احترام القوانين وتقبل التعليمات عن طريق الانضباط والتعاون وتحمل المسؤولية في الحضور والانصراف وفي الأداء الحركي ، كذلك الالتزام بمواعيد الدروس ، فلا يتخلف عن الدرس لأي سبب كان ، وعن طريق تلك الميزة التي يكتسبها الفرد خلال أداء النشاط الحركي ، يكتسب الفرد السمات الشخصية والخصائص المطلوبة التي يجب أن يتحلى با في التمع . [2]

وأعضاء الفريق الواحد يمكن عدّهم مجتمعا مصغرا من التمع الكبير الذي نعيش فيه فتعاونم مع بعضهم في أثناء اللعب يتيح لهم الفرصة لكي يكونوا متعاونين مع بعضهم ومع غيرهم في حياتم العادية كما ان احترامهم لقوانين اللعب يعلمهم احترام القوانين أينما وجدت في الشارع واله ل وفي أي مكان آخر ، فالسلوك التربوي المكتسب خلال النشاط الداخلي له أثره الواضح والبالغ في سلوك الأفراد في المستقبل .

[1]- احمد السراج – مرجع سابق ص 63

[2]- الديري محمد علي- مرجع سابق-ص 124

الفصل الثالث:

الاستنتاجات،خاتمة،واقتراحات

1- الاستنتاجات

في ضوء أهداف الدراسة وفي إطار عينة الدراسة ومن خلال عرض ومناقشة نتائج الجدولين رقم (21) والجدول رقم (24)، استنتج الباحث أن الممارسة الرياضية بصفة عامة وممارسة نشاطات الرياضات الجماعية بصفة خاصة لها تأثير في رفع مستوى التوافق النفسي الاجتماعي لتلاميذ مرحلة التعليم الثانوي، كما تعمل وتساهم بشكل كبير في تذيب سلوكهم التربوي، وتحريرهم من السلوكات السلبية والمضادة للمجتمع.

وقد جاءت نتائج الدراسة كما يلي:

- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين المجموعتين الممارسة وغير الممارسة فيما يخص التوافق النفسي لصالح المجموعة الممارسة.(جدول رقم 13)

- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين المجموعتين الممارسة وغير الممارسة فيما يخص التوافق الاجتماعي لصالح المجموعة الممارسة.(جدول رقم 20)

- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين التلاميذ الممارسين للرياضات الجماعية والتلاميذ غير الممارسين في التوافق النفسي العام.لصالح الممارسين.(جدول رقم 21)

توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين التلاميذ الممارسين للرياضات الجماعية والتلاميذ غير الممارسين في السلوك التربوي الرياضي بشكل عام لصالح الممارسين.(جدول رقم 24)

وان السلوك التربوي الرياضي بشكل عام و مستوى التوافق النفسي الاجتماعي لأفراد المجموعة الممارسة لنشاطات الرياضات الجماعية لا يختلف باختلاف الجنس، حيث يتساوى الذكور والإناث في كل محاور التوافق النفسي والتوافق الاجتماعي، ما عدى الفروق المسجلة في المحور الأول (الاعتماد على النفس)، والمحور الخامس (التحرر من الميل إلى الانفراد) من القسم الأول (التوافق النفسي) وكانت الفروق لصالح الذكور. كما وجدت هناك فروق بين الذكور والإناث في القسم الثاني (التوافق الاجتماعي) وذلك في المحور الثالث (العلاقات في الأسرة) لصالح الإناث، وفي المحور السادس (العلاقات في البيئة المحلية) لصالح الذكور.

أما بخصوص الفروق الإحصائية بين الممارسين وغير الممارسين في التوافق حسب نوع الرياضة الجماعية الممارسة فقد أشارت النتائج إلى أن مستوى التوافق يختلف أحيانا باختلاف نوع النشاط الرياضي الجماعي الممارس حيث أشارت النتائج إلى أن:

الممارسين لرياضة الكرة الطائرة هم أكثر توافقا من التلاميذ الممارسين لرياضة كرة القدم في حين التلاميذ الممارسين لرياضة كرة القدم يتميزون بقدرات عالية في التوافق الشخصي مقارنة بالتلاميذ الممارسين لباقي الرياضات الجماعية.

- يتميز التلاميذ الممارسين لرياضة كرة القدم باتجاهات قوية نحو التعاون.
- يتساوى الممارسون لرياضة كرة السلة ورياضة كرة اليد في اعترافهم بالمستويات الاجتماعية مقارنة بالتلاميذ الممارسين لرياضة الكرة الطائرة.
- تعتبر رياضة كرة اليد أكثر الرياضات تميزا في العلاقات داخل المدرسة

2- خاتمة:

بناءا على النتائج التي أسفرت عليها هذه الدراسة يمكن الإشارة إلى الفائدة العلمية والتطبيقية التي يمكن أن نجنيها من هذه الدراسة، حيث سمحت بالكشف عن العلاقة القائمة بين ممارسة التلاميذ لمختلف نشاطات الرياضات الجماعية سواء كان ذلك في إطار الرياضة المدرسية أو خارجها، وتوافقهم النفسي الاجتماعي في المحيط المدرسي.

فعملية التوافق تزداد أهميتها وصعوبتها خلال مرحلة المراهقة نظرا لحاجة المراهق الماسة نظرا لميكانيزمات هذه العملية للتوفيق بين إشباع القدر الأكبر من دوافعه، وحاجاته المختلفة، وإمكانياته الذاتية، وقدراته العقلية والأدائية، وظروف الواقع الذي يعيشه، وجهاز القيم الاجتماعية من إرضاء دوافعه.

وما يعانيه المراهق خلال هذه المرحلة من صراعات واحباطات اجتماعية وأسرية، وكذا ما يلاقيه من صعوبات دراسية تنعكس مباشرة على حالته الذاتية من جهة، وعلى مردوده الدراسي من جهة أخرى، لأنه يعيش صراعين أساسيين هما العوامل الاجتماعية بكل أبعادها، والعوامل المدرسية بكل عملياتا. فهذا الوضع اللامتناغم يؤدي به إلى النفور من البيئتين، كما ينعكس هذا النفور والتضمر النفسي على تدني مردوده الدراسي وضعفه نتيجة انعدام التفاعل وضعف الإرادة الذاتية.

ونشاطات الرياضات الجماعية كشكل من أشكال النشاط الاجتماعي المنظم تلعب دورا وقائيا، وتحسينيا في الصحة النفسية للمراهق نظرا لما تتيحه له من فرص لإشباع مختلف الرغبات والحاجات التي يتطلبها النمو في هذه المرحلة بصفة مقبولة اجتماعيا، ولما تجلب له من المتعة والسرور، مما يرفع من مستوى توافقه النفسي الاجتماعي وجعله أكثر اندماجا وتعلقا بالمحيط المدرسي.

3- اقتراحات:

استنادا إلى نتائج هذه الدراسة وفي ضوء خبرات الباحث العلمية والعملية، تتضح لنا أهمية ممارسة الرياضات الجماعية خلال مرحلة المراهقة، فهي ليست هامة لبناء الأجسام فحسب، وإنما لها أهميتها أيضا في تطوير جوانب عديدة من شخصية المراهق وعليه نوصي ب:

- زيادة اهتمام المسئولين على تنفيذ برامج التربية البدنية والرياضية في الطور الثانوي مفتشين وأساتذة التربية البدنية والرياضية، وكذا مدراء الثانويات وذلك بالتركيز على تطوير الجانب النفسي والاجتماعي للتلاميذ من خلال توفير الجو المناسب لذلك سواء خلال حصة التربية البدنية والرياضية أو خلال نشاطات الرياضات المدرسية من اجل تحقيق أعلى مستوى للتوافق النفسي الاجتماعي بالمحيط المدرسي لديهم بالتالي الرفع من تحصيلهم الدراسي.

- اهتمام القيادات الرياضية (أستاذ ت.ب.ر أو مدرب) بتطوير الأساليب المتبعة أثناء تطبيق برامج الأنشطة الرياضية وخاصة الجماعية منها من تنمية متزنة لمختلف الجوانب للتلاميذ(الجانب النفسي، الاجتماعي، البدني، الانفعالي...).

- الاهتمام بتنظيم أكثر للدورات والبطولات الرياضية في الثانويات خاصة ذات جوائز قيمة، وذات تعديل في شروط اللعب لإعطاء الفرص أكثر للتلاميذ لتحقيق الحاجيات النفسية والاجتماعية بالتالي تحقيق مستوى أعلى من التوافق النفسي الاجتماعي بالوسط المدرسي.

- توفير الأنشطة الاجتماعية والثقافية في المدرسة، وتوفير جو من المنافسة الأخوية بين التلاميذ من أجل الوصول إلى إيجاد علاقات اجتماعية طيبة بينهم وبين زملائهم في الثانويات الأخرى من خلال المنافسات الثقافية والرياضية.

- عدم اقتصار ممارسة نشاطات الرياضات الجماعية على حصة التربية البدنية والرياضية فقط أو في مرحلة تعليمية معينة بل يجب أن تشتمل كل المستويات (ابتدائي، إكمالي، ثانوي) وأن تتعدى هذه الممارسة الإطار المدرسي إلى النوادي والفرق الرياضية.

- هذا ونوصي أولياء التلاميذ بتشجيع أبنائهم اللذين يميلون إلى ممارسة الأنشطة الرياضية لا سيما الجماعية منها على إشباع هوايتهم، وأن يتيحوا لهم الفرصة لممارستها، وأن لا يعتبروا ممارستها مجرد لهو وتسلية وإنما هي وسيلة تروية هامة تساعد التلاميذ على التوافق السليم والمثابرة وتحمل المسؤولية والشجاعة والتعاون، وهي صفات هامة تساعد التلاميذ على النجاح في حياتم الدراسية وحياتم العامة.

- كما نوصي أساتذة التربية البدنية والرياضية بعدم تكليف التلاميذ بالمهام أو الواجبات التي تزيد أو تقل بدرجة كبيرة عن قدراتم أو مستوياتم، إذ أن ذلك يولد لدى الفرد السلوك الخاطئ ويعمل كعائق في سبيل ظهور السمات الحميدة لدى الفرد، ولذا يجب على الأساتذة عدم الإكثار من الزج بتلاميذهم أو لاعبيهم مع

منافسين يتفوقون عليهم بدرجة كبيرة، كما يجب الحذر من تملك الغرور في حالة فوزهم على منافسين يتميزون بضعف مستواهم، إذ أن الغرور هو العدو اللدود للرياضة ويتنافى مع الخلق الرياضي.

- ضرورة وضع نظام دقيق للثواب والعقاب خلال المنافسات الرياضية داخل المدرسة،ومكافأة التلاميذ على السلوك الجيد والمرغوب فيه وتشجيعهم على الأداء الجيد.

- كما نوصي المسئولين عن التربية والتعليم بالاهتمام بتزويد المدارس والمؤسسات التربوية بالملاعب المختلفة والأدوات الرياضية التي تتيح للتلميذ فرصة مزاولة الأنشطة البدنية المختلفة التي تتفق وميولهم وقدراتهم.

وفي الأخير تشجيع الرياضة المدرسية وتطوير برامجها لما لها من أهمية تربوية.

قائمة المصادر والمراجع

1 - قائمة المصادر والمراجع باللغة العربية

01- إبراهيم مروان عبد المجيد -**الإدارة والتنظيم في التربية الرياضية**-دار الفكر للطباعة والنشر والتوزيع، عمان، 2000.

02- إبراهيم عفاف خليل-**تنظيم وإدارة النشاط الرياضي الخارجي لطالبات المرحلة الثانوية بالإسكندرية**- رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة حلوان، كلية التربية الرياضية للبنات، الإسكندرية، 1979 .

03- إبراهيم احمد أبو زيد- **سيكولوجية الذات والتوافق**- دار المعرفية الجامعية، الإسكندرية1987.

04- احمد أمين فوزي**- اثر التدريب الرياضي** في **التوافق النفسي لتلاميذ المرحلة الإعدادية-** بحث منشور في مؤتمر علمي بكلية التربية الرياضية بنين الإسكندرية 1980.

05- أحمد زكي بدوي- **معجم مصطلحات العلوم الاجتماعية**- ط1، مكتبة لبنان ، بيروت 1978 .

06- أحمد زكي صالح - **علم النفس التربوي** - مكتبة النهضة العربية، ط2، مصر 1960.

07- احمد عبد الكريم موسى الشلاوي **- التوافق النفسي وعلاقته بالمستوى الرقمي لسباحي المنافسات-** رسالة ماجستير في التربية الرياضية.كلية التربية الرياضية ببور سعيد، جامعة قناة السويس مصر،1995.

08- أحمد عزت راجح - **أصول علم النفس**- المكتب المصري الحديث، ط10، الإسكندرية.

09- أسامة كامل راتب، إبراهيم عبد ربه خليفة- **النمو والدافعية** - دار الفكر العربي القاهرة 1999 .

10- أسعد رزوق - **موسوعة علم النفس**- مكتبة لبنان، بيروت.

11- أمين أنور الخولي- **أصول التربية البدنية والرياضية،** ج1، ط3 ، دار الفكر العربي القاهرة 2001.

12- أمين أنور الخولي- **الرياضة والمجتمع**- عالم المعرفة ، الكويت 1996.

13- تيمور احمد راغب الصف- **مقارنة لبعض سمات الشخصية بين الرياضيين وغير الرياضيين**- رسالة ماجستير في التربية الرياضية، كلية التربية الرياضية للبنين بالقاهرة ، جامعة حلوان مصر،1977.

14- شلتوت حسن معوض - **التنظيم والادارة في التربية الرياضية**- دار المعارف بمصر، 1982

15- ثناء عبد الباقي حسنين**- التوافق النفسي وعلاقته بالأداء العملي في السباحة-** رسالة دكتوراه كلية التربية الرياضية، جامعة حلوان، مصر 1982.

16- ثناء فؤاد أمين **- دراسة العلاقة بين ممارسة الأنشطة الرياضية ونوعيتها، والتوافق الشخصي والاجتماعي لطالبات المرحلة الثانوية الفنية لشرق الإسكندرية للعام الدراسي 1980-1981-** بحث منشور في مجلة جامعة حلوان ديسمبر 1982.

17- جمال محمد صقر- **اتجاهات في التربية والتعليم**- دار المعارف بمصر، ط1، القاهرة 1965 .

18- حنورة احمد حسن، وعباس شفيق إبراهيم- **العاب الطفل ما قبل المدرسة**- مكتبة الفلاح للنشر والتوزيع، ط2، بيروت1996.

19- حامد عبد السلام زهران-**التوجيه والإرشاد النفسي**- ط2 عالم الكتاب بالقاهرة 1978.
20- حامد عبد السلام زهران- **الصحة النفسية والعلاج النفسي**- علم الكتاب، ط1 القاهرة 1978.
21- حامد عبدا لسلام زهران -**علم النفس الاجتماعي**- الطبعة 4 ، القاهرة ، عالم الكتب1977.
22- حسن احمد الشافعي-**المسؤولية** في **المنافسات الرياضية المحلية والدولية**-منشأة المعارف، القاهرة ، مصر2001
23- حسن الصالح الدهري- **الشخصية والصحة النفسية**-دار الكندي للنشر والتوزيع، الأردن 1999.
24- حسن معوض -كمال صالح عيش -**أسس التربية البدنية.** مكتبة الأنجلو مصرية، مصر 1964 .
25- خير الدين علي عويس، عصام الهلالي–**الاجتماع الرياضي-** دار الفكر العربي القاهرة مصر 1997.
26- ديب محمد علي الخالدي- **دراسة تنبؤية بالتفوق العقلي** في **ضوء بعض المتغيرات المرتبطة** بين **تلاميذ المرحلة الإعدادية** - رسالة دكتوراه-كلية التربية-جامعة عين شمس-1981.
27- الديري محمد علي -**مناهج التربية الرياضية** بين **النظرية والتطبيق**- دار الفرقان، عمان1993.
28- ديولد فان دالين (تأليف) محمد نبيل نوفل و آخرون (ترجمة) - **مناهج البحوث** في **التربية وعلم النفس**- ط2،1984.
29- رسيا نخريبط مجيد- **علم النفس** في **التدريب والمسابقات الحديثة**- مديرية دار الكتب للطباعة والنشر-جامعة الموصل 1988 .
30- رمزي طارق محمود - **دراسة تجريبية لبناء مقياس للتكيف الاجتماعي المدرسي لطلاب المرحلة المتوسطة** في **بغداد**- رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية، جامعة بغداد1974.
31- سامي الصفار – جمال صالح- أسس التدريب في كرة القدم. 1990 ص: 344-345
32- سامي غنيم محمد مطاوع-**تأثير النشاط الرياضي على التوافق النفسي العام لطلاب جامعة عين شمس-** رسالة ماجستير كلية التربية الرياضية للبنين**،**جامعة الزقازيق مصر**،**1991.
33- سبيكة يوسف الخليفي- **المشكلات السلوكية لدى أطفال المدرسة الابتدائية بدولة قطر**- مجلة مركز البحوث التربوية بجامعة قطر. السنة الثالثة. العدد السادس 1994
34- سعد جلال- **المرجع** في **علم النفس**- دار المعارف بمصر- ط1 القاهرة 1971 .
35- سعد جلال، محمد علاوي- **علم النفس التربوي الرياضي**- القاهرة 1967.
36- سعد محمد قطب، وآخرون -**الإدارة والتنظيم** في **مجال التربية الرياضية-** مطابع جامعة الموصل، 1984.
37- سعدية محمد بادر- **علم نفس النمو**-دار البحوث العلمية الكويت. 1980 .
38- سمية احمد فهمي- **مجالات الصحة النفسية** في **المدرسة**- بحوث منشورة في حوليات كلية البنات، جامعة عين شمس القاهرة. 1989

39- سميرة أحمد سيد- **علم اجتماع التربية**- دار الفكر العربي القاهرة 1998.
40- سهير مصطفى- **تأثير المنهاج الدراسي على التوافق النفسي لطالبات كلية التربية الرياضية**- بحث مجلة علوم وفنون الرياضة كلية التربية الرياضية للبنات بالقاهرة 1993.
41- السيد محمود الطواب- **النمو الإنساني أسسه وتطبيقاته**- دار المعرفة الجامعية 1975.
42- السيد محمود الطواب-**لنمو الإنساني أسسه وتطبيقاته**-دار المعرفة الجامعية 1975 .
43- صالح أحمد مرحاب**- عن التوافق النفسي وعلاقته بمستوى الطموح-**رسالة دكتوراه غير منشورة، معهد الدراسات العليا للطفولة، الدراسات النفسية والاجتماعية، جامعة عين شمس، 1984 .
44- صديقة احمد يوسف **- اثر الترويح الرياضي على بعض المتغيرات النفسية للشباب الجامعي-** أطروحة دكتوراه كلية التربية الرياضية، جامعة حلوان مصر 1989.
45- صلاح مخيمر-**الإيجابية كمعيار وحيد وأكيد لتشخيص التوافقعند الراشدين**- مكتبة لأنجلو المصرية1984القاهرة.
46- صموائيلميغاريوس- **الصحة النفسية والعمل المدرسي**- مكتبة النهضة المصرية، القاهرة، 1974.
47- طارق سيد صوفي السواح**- المشكلات السلوكية للتلاميذ خلال ممارسة أنشطة التربية الرياضية ودور المدرس** في **مواجهتها-** رسالة ماجستير في التربية الرياضية.كلية التربية الرياضية للبنين بالهرم، جامعة حلوان مصر،2002.
48- طارق محمود رمزي- **دراسة تجريبية لبناء مقياس للتكيف الاجتماعي المدرسي لطلاب المرحلة المتوسطة** في **بغداد**- رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية، جامعة بغداد. 1974
49- العاصي نزهان حسين ،مازن عبد الرحمن- **طرق التدريس** في **التربية الرياضية**- مديرية دار الكتب للطباعة والنشر، جامعة الموصل، الموصل 1987
50- عباس محمد عوض- **التنشئة الاجتماعية و التأخر الدراسي**-1980.
51- عباس محمود عوض - **الموجز** في **الصحة النفسية**–دار المعرفة الجامعية-الاسكندرية1989.
52- عبد الرحمان عيسوي- **سيكولوجية النمو**- دار النهضة العربية للطباعة والنشر. بيروت 1987
53- عبد الرحيم ذياب**- تأثير الممارسة الرياضية على التوافق النفسي لطلاب المرحلة الثانوية** في **دولة الكويت-** بحث منشور في المجلة العلمية للتربية البدنية و الرياضية، العدد21، كلية التربية الرياضية للبنين بالهرم، جامعة حلوان مصر1994.
54- عبد العالي الجسماني –**علم النفس والتعليم**– دار العربية للعلوم، ط1 ، بيروت 1994 .
55- عبد الغني الخطيب - **الطفل المثالي** في **الإسلام**- بدون سنة-المثلث الإسلامي.
56- عصام محمد عبد الوهاب الهلالي- **اثر الألعاب الجماعية** في **تكوين اتجاهات اجتماعية عند طلاب المرحلة الثانوية-**رسالة ماجستير،المعهد العالي للتربية الرياضية بالهرم،جامعة حلوان مصر،1975.

57- عفاف احمد توفيق - **التوافق النفسي وعلاقته بالأداء في الكرة الطائرة لطالبات كلية التربية الرياضية بالإسكندرية-** مجلة جامعة حلوان للدراسات والبحوث مجلد 8 عدد 5 القاهرة 1989.
58- علاء الدين كفافي- **الصحة النفسية** - ط3 هجر للطباعة والنشر القاهرة 1990 .
59- عماد عبد الحق - **فاعلية برنامج رياضي لخفض مستوى التوتر النفسي لدى طلبة جامعة النجاح الوطنية-** كلية التربية الرياضية، جامعة النجاح الوطنية، أبحاث اليرموك، سلسلة العلوم الإنسانية والاجتماعية مجلد18 العدد 28، 2002 .
60- عفيفي محمد عبد الهادي- في اصول التربية- مكتبة الاسكندرية مصر 1974
61- عنان محمود عبد الفتاح -**سيكولوجية التربية البدنية و الرياضية النظرية والتطبيق والتجريب**- دار الفكر العربي،ط1 القاهرة1995
62- فؤاد بي السيد- **الأسس النفسية للنمو**- دار الفكر العربي، القاهرة ، 1975 .
63- فاخر عاقل - **علم النفس التربوي**- دار العلم للملايين، بيروت 1979 .
64- فايز علي الحاج- **الصحة النفسية**- المكتب الإسلامي، ط1 بيروت 1984 .
65- فرج ، أحمد **مقال** في **العدوان- مقدمة ابستومولوجية**- ، مجلة علم النفس ، القاهرة ، الهيئة المصريةللكتاب، العدد 27، 1993.
66- كامل سليمان عبد الجليل -**فعاليات الإدارة الرياضية**- شركة الربيعان للنشر والتوزيع، الكويت،1982.
67- كمال الدين زكي ، محمد عادل حطاب- **التربية الرياضية للخدمة الاجتماعية**- دار النهضة العربية، القاهرة 1965.
68- كمال دسوقي- **النمو التربوي للطفل والمراهق**- دار النهضة العربية ، بيروت، 1979.
69- كمال دسوقي- **علم النفسودراسة التوافق**- ط2، 1976.
70- كوثر محمود درويش- **التوافق النفسي وعلاقته بالأداء الحركي** في **التمرينات لطالبات كلية التربية الرياضية بالجزيرة بالقاهرة-** كلية التربية الرياضية جامعة حلوان القاهرة، المؤتمر العلمي الرابع للدراسات وبحوث التربية الرياضية الإسكندرية 1983.
71- محمد حسن علاوي- **سيكولوجية التدريب والمنافسات**- ط7دار المعارف القاهرة 1992 .
72- محمد حسن علاوي- **علم النفس الرياضي** - دار المعارف مصر، 1987 .
73- محمد حسن علاوي- **مدخل** في **علم النفس الرياضي**- مركز الكتاب للنشر، ط4القاهرة 2004.
74- محمد حمودة- **الطفولة والمراهقة، المشكلات النفسية والعلاج**- المطبعة الفنية ط2، القاهرة 1988.
75- محمد رفعت- **المراهقة وسن البلوغ** - دار المعرفة، بيروت لبنان، 1989 .

76- محمد سلامة غبارى- **الخدمة الاجتماعية المدرسية**- ط1 شركة مكتبات عكاض للنشر والتوزيع، السعودية 1982.
77- محمد سيد أبو النيل- **علم النفس الاجتماعي- دراسات عربية وعالمية**-ج1 الجهاز المركزي للكتب الجامعية 1984 .
78- محمد عاطف غيث- **علم الاجتماع**- دار المعارف، القاهرة 1963.
79- محمد عباس عوض - في **علم النفس الاجتماعي**- دار النهضة العربية، بيروت 1980.
80- محمد عبد الرحمان عدس –**تربية المراهق.**
81- محمد عثمان النجاتي- **علم النفس** في **حياتنا اليومية**- ط12، دار القلم الكويت 1981.
82- محمد عطية هنا - **اختبار الشخصية للمرحلة المتوسطة والثانوية**- دار القلم، الكويت، بدون سنة.
83- محمد عماد الدين إسماعيل - **النمو** في **مرحلة المراهقة**- دار القلم، الكويت 1982.
84- محمود أبو النيل، ومجدة أحمد-**الصحة النفسية،الأمراض والمشكلاتالنفسيةوالاجتماعية**- دار الفكر العربي، القاهرة 1985.
85- محمود حمدي عبد الكريم - **دراسة** تحليلية **لعلاقة التوافق النفسي والمستوى البدني بالأداء المهاري** في **الكرة الطائرة**- رسالة دكتوراه غير منشورة كلية التربية الرياضية للبنين بالزقازيق جامعة الزقازيق 1991.
86- مديحة حسن احمد فريد- **تأثير برنامج مقترح لبعض الأنشطة الرياضية والترويحية على التكيف النفسي الاجتماعي وبعض المتغيرات الفسيولوجية والبدنية للمرضى النفسيين**- دكتوراه الفلسفة في التربية الرياضية كلية التربية الرياضية للبنات بالقاهرة،جامعةحلوان مصر،1993.
87- المذكرة الرياضية، مجلة صدرت عن المركز الوطني للإعلام والتوثيق الرياضي، بدون سنة.
88- مرسيأبوبكر محمد- **تعاطي المراهقين للبانجو وعلاقته بتقدير الذات والشعور بالوحدة النفسية**- مجلة دراسات نفسية، رابطة الأخصائيين النفسيين المصرية (رانم)، اللد 9العدد 3، 1999.
89- مسارع حسن الراوي- **دراسات حول التربية** في **البلاد العربية**- بيروت،1987 .
90- مصطفى زيدان -**دراسة سيكولوجية تربوية لتلميذ التعليم العام**- دار الشروق للنشر والتوزيع والطباعة، المملكة العربية السعودية، 1975.
91- مصطفى سويف- **الأسس النفسية للتكامل الاجتماعي**- دار المعارف بمصر ط4 1981 .
92- مصطفى غالب - **علم النفس التربوي** - دار مكتبة الهلال، 1980 .
93- مصطفى فهمي- **التكيف النفسي** - ط2، مكتبة مصر، القاهرة .
94- مصطفى فهمي- **دراسات** في **سيكولوجية التكيف**- ط1 ،1987 .
95- مصطفى فهمي- **سيكولوجية الطفولة والمراهقة** - دار مصر للطباعة القاهرة 1974 .

96- مصطفى محمود الإمام،وآخرون- **التقويم والقياس**-دار الحكمة للطباعة والنشر، بغداد، 1990.
97- معروف مصطفى رزيق- **خفايا المراهقة**- دار النهضة العربية للتأليف والترجمة والنشر، دمشق1960.
98- منهاج التربية البدنية والرياضية للتعليم الثانوي-مديرية التربية والتعليم الثانوي-الديوان الوطني للمطبوعات المدرسية-جوان 1996 .
99- ميخائيل إبراهيم أسعد - **مشكلات الطفولة والمراهقة**- دار الأفاق الجديدة، بيروت، 1991.
100- ميخائيل عبده- **عن سوء التوافق عند الطلاب المراهقين**-بحث منشور في كتاب ميخائيل معوض، **دراسات مقارنة** في **مشكلات المراهقين** في **المدن والريف (السلطة والطموح).** دار المعارف بمصر القاهرة 1971.
101- نبراس يونس محمد آل مراد **-أثر استخدام برامج بالألعاب الحركية والألعاب الاجتماعية والمختلطة** في **تنمية التفاعل الاجتماعي لدى أطفال الرياض بعمر(5-6) سنوات-** دكتوراه فلسفة في التربية الرياضية ،كلية التربية الرياضية، جامعة الموصل 2005.
102- نبراس يونسمحمد أل مراد- **أثراستخدام برامج بالألعاب الحركية والألعاب الاجتماعية والمختلطة** في **تنمية التفاعل الاجتماعي لدى أطفال الرياض بعمر (5-6) سنوات**- كلية التربية للبنات، جامعة الموصل، 2007.
103- نصر الدين جابر - **علاقة التقبل الرفض الوالدي بتكييف الأبناء** - دكتوراه غير منشورة في علم النفس الاجتماعي، جامعة الجزائر 1997.
104- نعيم الرفاعي- **الصحة النفسية، دراسة** في **سيكولوجية التكيف**- مطبعة طربين دمشق ط1969$_2$.
105- نعيمة محمد بدر يونس**- دراسة المناخ المدرسي** في **المرحلة الثانوية وعلاقته بالتوافق النفسي للطالب-**رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية، جامعة عين شمس، 1983.
106- هبة رضوان لبيب محمود **- العلاقة** بين **بعض سمات الشخصية والعقوبات** في **مباريات كرة اليد-** رسالةماجستير في التربية الرياضية.كلية التربية الرياضية للبنات بالقاهرة،جامعةحلوان مصر،1998.
107- وليد أحمد المصري**- دراسة** تحليلية **لطبيعة العلاقة** بين **اللعب وتأثيره** في **شخصية أطفال السادسة -** مجلة المعلم/الطالب، العدد 2، معهد التربية، دائرة التربية والتعليم، عمان، الأردن 1998.
108- وليد فتحي محمود سابق**- دراسة اتجاهات طلبة المرحلة الثانوية نحو مفهوم التربية الرياضية** بمحافظة **القاهرة-**رسالةماجستيرفي التربية الرياضية،كلية التربية الرياضية للبنين بالهرم، جامعةحلوان مصر،1999.

2- قائمة المصادر والمراجع بالغة الاجنبية:

3eme edition .1990.p.33l'enseignement des jeux sportifs collectifs 109- Claude bayer

Sing ,R ,P creativity in relation to adjustement . Journal of psychological studies New York 1981

perrtehande n°= 7012 – 1988 page 89 Contribution au concept de jeux sportifs 110- LeonTheodorxo)

111-Battistich, victor, homallen –**the relationship between students sense of therscool as a community and their involvement in problem behaviors**- america journal of public health ,vol 84 dec 1997

112 -Sing, R, P - **creativity in relation to adjustement**- Journal of psychological studies, New York 1981

113- Hjilyer, j, c and others, - **physical fitnes training and counseling as atreatementfor youth …..offenders** - journal of counseling psychology ,vol29, n=3 1982 p 292-303

الملاحق

الملحق رقم:01

اختبار الشخصية للمرحلة المتوسطة والثانوية

جامعة الجزائر 3

معهد التربية البدنية والرياضية تاريخ تطبيق المقياس:

اختبار الشخصية للمرحلة المتوسطة والثانوية

الاسم واللقب:... السن:...

الثانوية:.. القسم:...

الجنس: .:... الرياضة الممارسة:...

أخي التلميذ،أختي التلميذة:

اقرأ (ي) كل سؤال من الأسئلة الآتية ثم ضع (ي) دائرة حول الإجابة التي تنطبق عليك أي حول نعم أو لا.فمثال في السؤال الأول: هل هناك دراجة إذا كانت هناك ضع دائرة حول (نعم) و إذا لم تكن تملك دراجة ضع دائرة حول (لا).

1- هل عندك دراجة؟ نعم - لا

2- هل تستطيع أن تسوق سيارة؟ نعم- لا

3- هل ذهبت إلى المدرسة السبت الماضي؟ نعم - لا

ليست هناك إجابة صحيحة وأخرى خاطئة في هدا الاختبار المطلوب منك أن تبين(ي) ما تراه وما تشعر (ين) به وما تفعله (ينه)، اجب (ي) عن جميع الأسئلة، ولا ترك (ي) سؤالا دون إجابة.

ولك (ي)خالص الشكر و التقدير

الباحث:حسانبوجليدة

اختبار الشخصية للمرحلة المتوسطة والثانوية

الرقم	العبـــــــــارة	نعم	لا
	القسم الأول: التوافق النفسي **(أ): اعتماد المراهق على نفسه**		
01	هل تستمر في العمل الذي تقوم به حتى ولو كان متعبا؟	نعم	لا
02	هل يصعب عليك أن تحتفظ بدوئك عندما تصبح الأمور سيئة؟	نعم	لا
03	هل تتضايق عندما يختلف معك الناس؟	نعم	لا
04	هل تشعر بعدم الارتياح عندما تكون مع مجموعة لا تعرفها من الناس؟	نعم	لا
05	هل يصعب عليك أن تعترف بالخطأ إذا ما وقعت فيه ؟	نعم	لا
06	هل تجد أن من الضروري أن يذكرك شخص ما بعملك حتى تقوم به؟	نعم	لا
07	هل تفكر عادة في نوع العمل الذي تود أن تقوم به عندما تكبر؟	نعم	لا
08	تشعر بالمضايقة عندما يهزأ منك زملائك في **القسم**؟	نعم	لا
09	هل يصعب عليك أن تقابل الناس أو أن تعرفهم بالآخرين؟	نعم	لا
10	هل تشعر عادة بالأسى على نفسك حينما يصيبك ضرر؟	نعم	لا
11	هل تعتقد انه من الأسهل عليك أن تقوم بما يخططه لك أصحابك من أن ترسم خططك بنفسك ؟	نعم	لا
12	هل تعتقد أن معظم الناس يحاولون السيطرة عليك؟	نعم	لا
13	هل يسهل عليك أن تتحدث إلى الناس ذوي المراكز العالية ؟	نعم	لا
14	هل تخسر عادة في اللعب؟	نعم	لا
15	هل من عادتك أن تكمل ما تبدأ به من أعمال؟	نعم	لا
	(ب): إحساس المراهق بقيمته		
16	هل تدعى إلى الحفلات التي يحضرها من هم في سنك؟	نعم	لا
17	هل تعتقد أن معظم الناس أخساء؟	نعم	لا
18	هل يعتقد معظم أصدقائك أنك شجاع؟	نعم	لا
19	هل يطلب منك عادة أن تساعد في إعداد الحفلات؟	نعم	لا
20	هل يعتقد الناس أن لديك أفكار جيدة؟	نعم	لا
21	هل يهتم أصدقاؤك عادة بما تقوم به من أعمال ؟	نعم	لا
22	هل تعتقد أن الناس يظلمونك عادة؟	نعم	لا

23	هل يضن زملاؤك في القسم أنك ذكي مثلهم؟	نعم	لا
24	هل يسر الزملاء أن تكون معهم؟	نعم	لا
25	هل تعتقد أنك محبوب من الزملاء؟	نعم	لا
26	هل تعتقد أن من الصعب عليك أن تنجز ما تقوم به من أعمال؟	نعم	لا
27	هل تشعر بان الناس لا يعاملونك كما ينبغي؟	نعم	لا
28	هل تشعر بان الناس الذين تعرفهم لا يحبونك؟	نعم	لا
29	هل تعتقد بان الناس يضنون أنك سوف تنجح في عملك حينما تكبر؟	نعم	لا
30	هل تعتقد أن الناس لا يعاملونك معاملة حسنة؟	نعم	لا
	(ج): شعور المراهق بحريته		
31	هل يسمح لك أن تبدي رأيك في معظم الأمور ؟	نعم	لا
32	هل يسمح لك بان تختار أصدقاؤك؟	نعم	لا
33	هل يسمح لك بان تقوم بمعظم ما تريد القيام به؟	نعم	لا
34	هل تشعر بأنك تعاقب بسبب الأمور التافهة كثيرا؟	نعم	لا
35	هل تأخذ من المصروف ما يكفيك؟	نعم	لا
36	هل يسمح لك عادة أن تحضر الاجتماعات التي يحضرها من هم في سنك؟	نعم	لا
37	هل يسمح لك والديك بان تساعدهما في اتخاذ القرارات؟	نعم	لا
38	هل يوجه إليك التوبيخ لأمور ليست لها أهمية كبيرة ؟	نعم	لا
39	هل يسمح لك بان تذهب إلى السينما والملاهي بالقدر الذي يمسح به لزملائك؟	نعم	لا
40	هل تشعر بان أصدقاؤك أكثر حرية منك في القيام بما يريدون؟	نعم	لا
41	هل تشعر بان لديك وقت كاف للهو والمرح؟	نعم	لا
42	هل تشعر بأنه لا يسمح لك بحرية كافية؟	نعم	لا
43	هل يتركك والدك أن تخرج مع أصدقائك؟	نعم	لا
44	هل يسمح لك باختيار ملابسك؟	نعم	لا
45	هل يقرر الآخرون ما ينبغي أن تفعله في معظم الأحيان؟	نعم	لا
	(د): شعور المراهق بالانتماء		
46	هل تجد أن من الصعب عليك أن تتعرف علىالتلاميذ الجدد؟	نعم	لا
47	هل تعتبر قويا وسليما مثل أصدقاؤك؟	نعم	لا
48	هل تشعر انك محبوب من زملائك؟	نعم	لا
49	هل يبدو أن معظم الناس سيتمتعون بالتحدث معك؟	نعم	لا

لا	نعم	هل تشعر انك متوافق في المدرسة التي تذهب إليها؟	50
لا	نعم	هل لك عدد كاف من الأصدقاء؟	51
لا	نعم	هل يضن أصدقاؤك أن والدك ناجح مثل آبائهم؟	52
لا	نعم	هل تشعر عادة بان المدرسين يفضلون ألا تكون فيالأقسام التي يدرسون فيها؟	53
لا	نعم	هل تدعى عادة إلى الحفلات التي تقيمها المدرسة؟	54
لا	نعم	هل يصعب عليك أن تكون صداقات؟	55
لا	نعم	هل تشعر بان زملاؤك في القسم سيسعدهم أن تكون معهم؟	56
لا	نعم	هل يحبك الآخرون كما يحبون أصدقاؤك؟	57
لا	نعم	هل يرغب أصدقاؤك في أن تكون معهم؟	58
لا	نعم	هل يهتم من في المدرسة بأرائك عادة؟	59
لا	نعم	هل يبدو لك بان زملاؤك يقضون في بيوتم وقتا أطيب من الوقت الذي تقضيه أنت في بيتك؟	60
		(ه): - تحرر المراهق من الميل إلى الانفراد	
لا	نعم	هل لاحظت أن كثيرا من الناس يعملون أعمالا قبيحة ويقولون أقوالا دنيئة؟	61
لا	نعم	هل يبدو لك أن معظم الناس يغشون عندما يستطيعون دلك؟	62
لا	نعم	هل تعرف أشخاصا غير معقولين لدرجة انك تكرههم؟	63
لا	نعم	هل تشعر أن معظم الناس يستطيعون أن يقوموا بأعمال على نحو أفضل مما تقوم به؟	64
لا	نعم	هل ترى أن كثيرا من الناس يهمهم أن يجرح شعورك؟	65
لا	نعم	هل تفضل أن تبقى بعيدا عن الحفلات والنواحي الاجتماعية؟	66
لا	نعم	هل تشعر بان الأقوى منك يحاولون الإيقاع بك؟	67
لا	نعم	هل توجد لديك مشكلات تثير قلقك أكثر مما لدى معظم زملائك؟	68
لا	نعم	هل تشعر بأنك وحيد حتى مع وجود الناس حولك؟	69
لا	نعم	هل تلاحظ بان الناس يتصرفون بعدالة كما ينبغي؟	70
لا	نعم	هل تقلق كثيرا لأن لديك مشكلات كثيرة جدا؟	71
لا	نعم	هل يصعب عليك أن تتكلم مع أفراد من الجنس الآخر؟	72
لا	نعم	هل تفكر كثيرا في أن الأصغر منك سنا يتمتعون بوقت طيب أكثر منك؟	73
لا	نعم	هل تشعر عادة بأنك كما لو كنت تريد أن تبكي بسبب الطريقة التي يعاملك با الناس؟	74
لا	نعم	هل يحاول كثيرا من الناس استغلالك؟	75

	(و). خلو المراهق من الأعراض العصابية		
76	ل تتكرر إصابتك بنوبات من العطاس؟	نعم	لا
77	هل تتلجج أحيانا عندما تنفعل؟	نعم	لا
78	هل تـ عج كثيرا من الصداع؟	نعم	لا
79	هل تشعر عادة بأنك غير جوعان حين يحين موعد الطعام؟	نعم	لا
80	هل تشعر كثيرا أن من الصعب عليك أن تجلس ساكنا؟	نعم	لا
81	هل تؤلمك عيناك كثيرا؟	نعم	لا
82	هل تجد في كثير من الأحيان أن من الضروري أن تطلب من الآخرين أن يعيدوا ما سبق أن قالوه؟	نعم	لا
83	هل تنسى عادة ما تقرأه؟	نعم	لا
84	هل تتضايق أحيانا لحدوث تقلصات في عضلاتك؟	نعم	لا
85	هل تجد أن كثيرا من الناس لا يتكلمون بوضوح كاف بحيث تسمعهم بوضوح؟	نعم	لا
86	هل تضايقك الإصابة بالبرد؟	نعم	لا
87	هل يعتبرك معظم الناس غير مستقر؟	نعم	لا
88	هل تجد أحيانا من الصعب أن تنام؟	نعم	لا
89	هل تشعر بالتعب في معظم الأحيان؟	نعم	لا
90	هل تضايقك كثيرا الأحلام المزعجة أو الكابوس؟	نعم	لا
	القسم الأول: التوافق الاجتماعي **(أ): اعتراف المراهق بالمستويات الاجتماعية**		
الرقم	**العبـــــــــارة**		
91	هل من الصواب أن يتجنب الإنسان العمل الذي يجب عليه عمله؟	نعم	لا
92	هل من الضروري دائما أن تحافظ على وعودك ومواعيدك؟	نعم	لا
93	هل منى الضروري أن تكون رحيما نحو من لا تحبهم؟	نعم	لا
94	هل من الصواب أن تسخر ممن لديهم آراء شاذة؟	نعم	لا
95	هل من الضروري أن يكون الإنسان مجاملا للسخفاء؟	نعم	لا
96	هل من حق التلميذ أن يحتفظ بالأشياء التي يجدها؟	نعم	لا
97	هل من حق الناس أن يطلبوا من الآخرين ألا يتدخلوا في شؤونم؟	نعم	لا
98	هل ينبغي دائما على الإنسان أن يشكر الآخرين على الـاملات البسيطة حتى ولو لم تفد أحدا؟	نعم	لا
99	هل من الصواب أن تأخذ الأشياء التي أنت في حاجة ماسة إليها إذا لم يكن لديك	نعم	لا

	نقود؟		
100	هل ينبغي أن يعاملك أصحابك معاملة أفضل من معاملة من هم اقل منك ؟	نعم	لا
101	هل يصح أن تضحك من الذين هم في مأزق إذا كان منظرهم باعثا على الضحك؟	نعم	لا
102	هل من المهم أن يتودد الإنسان لجميع التلاميذ الجدد؟	نعم	لا
103	هل من الصواب أن يضحك الإنسان على الآخرين إذا كانت اعتقاداتم ضعيفة؟	نعم	لا
104	إذا عرفت انك لن تنضبط وأنت تغش فهل تفعل دلك؟	نعم	لا
105	هل من الصواب أن يرفض والدك أن يدعك تذهب إلى السينما أو إلى حفلة من الحفلات؟	نعم	لا
	(ب): اكتساب المراهق للمهارات الاجتماعية		
106	عندما يضايقك الناس هل تكتم ذلك في نفسك عادة؟	نعم	لا
107	هل من السهل عليك أن تتذكر أسماء من تقابلهم؟	نعم	لا
108	هل تجد أن معظم الناس يتكلمون كثيرا لدرجة انك تضطر إلى مقاطعتهم حتى تقول ما تريده؟	نعم	لا
109	هل تفضل أن تقيم حفلات في م لك؟	نعم	لا
110	هل تستمتع عادة بالحديث مع من تقابلهم لأول مرة؟	نعم	لا
111	هل تجد عادة أن الإحسان جزاء الإحسان؟	نعم	لا
112	هل تجد من السهل عليك أن تحيي حفلة بدأت تصبح مملة؟	نعم	لا
113	هل يمكنك أن تخفي مضايقتك إذا هزمت في لعبة من الألعاب دون أن يشعر الناس بذلك؟	نعم	لا
114	هل تعرف الناس بعضهم ببعض؟	نعم	لا
115	هل تجد من الصعب أن تساعد في إعداد الحفلات وغيرها من الاجتماعات؟	نعم	لا
116	هل تجد من السهل أن تكون صداقات جديدة؟	نعم	لا
117	هل ترغب عادة في أن تشترك في بعض المباريات في المناسبات الاجتماعية حتى ولو لم تكن قد اشتركت في هده المباريات من قبل؟	نعم	لا
118	هل من الصعب عليك أن توجه عبارات رقيقة إلى من يحسن التصرف؟	نعم	لا
119	هل تجد من السهل أن تساعد زملاؤك في القسم حتى يستمتعوا بالحفلات التي يحضرونا؟	نعم	لا
120	هل تبدأ بالتحدث عادة إلى الزملاء الجدد عندما تقابلهم؟	نعم	لا
	ج): تحرر المراهق من الميول المضادة للمجتمع		

121	هل تضطر إلى أن تكون عنيفا مع بعض الناس لكي تعامل بمعاملة عادلة؟	نعم	لا
122	هل تشعر بأنك تكون أسعد حالا إذا استطعت أن تعامل الظالمين بما يستحقون؟	نعم	لا
123	هل تحتاج أحيانا لان تظهر غضبك لكي تحصل على حقوقك؟	نعم	لا
124	هل يضطرك زملاؤك في القسم إلى القتال دفاعا عن نفسك؟	نعم	لا
125	هل وجدت أن الكذب من أسهل الطرق التي يلجا إليها الناس للتخلص من مشكلاتم؟	نعم	لا
126	هل تجد في كثير من الأحيان انك مضطر إلى المقاتلة دفاعا عن حقوقك؟	نعم	لا
127	هل يحاول زملاؤك في القسم لومك بسبب المشاحنات التي يبدؤونا عادة؟	نعم	لا
128	هل كثيرا ما تجد أن عليك أن تثور لكي تحصل على حقك؟	نعم	لا
129	هل يعاملك من في المدرسة عادة بطريقة سيئة جدا لدرجة انك تشعر برغبة في أن تكسر بعض الأشياء؟	نعم	لا
130	هل تجد أن بعض الناس من الظلم لدرجة أن من الصواب أن تكون ظالما معهم؟	نعم	لا
131	هل تضطر كثيرا إلى دفع الأطفال الأصغر منك بعيدا عن طريقك لكي تتخلص منهم؟	نعم	لا
132	هل يعاملك بعض الناس بالظلم لدرجة أنك تشتمهم؟	نعم	لا
133	هل ترى أن من الصواب أن يكون الإنسان ظالما مع الظالمين؟	نعم	لا
134	- هل تعصي مدرسيك ووالديك إذا كانوا غير عادلين نحوك؟	نعم	لا
135	هل من الصواب أن تأخذ الأشياء التي يمنعها عنك الآخرين دون حق؟	نعم	لا
	(د): علاقة المراهق بأسرته		
136	هل تشعر بان والديك عادلان عندما يجبرانك على القيام بعمل من الأعمال ؟	نعم	لا
137	هل تقضي وقتا طيبا مع أسرتك في الم ل عادة؟	نعم	لا
138	هل لديك أسبابا قوية تدعوك إلى أن تحب أحد الوالدين أكثر من الآخر؟	نعم	لا
139	هل يرى والدك أنك ستكون ناجحا في حياتك؟	نعم	لا
140	هل يعتقد والدك أنك متعاون في الم ل؟	نعم	لا
141	هل يشعر والدك أنك ما تفعل إلا ما هو خطا؟	نعم	لا
142	هل تتفق مع والديك في الأشياء التي تحبها؟	نعم	لا
143	هل كثيرا ما يبدأ أفراد أسرتك في المشاحنة معك؟	نعم	لا
144	هل تفضل أن تحتفظ بأصدقائك بعيدا عن م لك لأنه غير لائق؟	نعم	لا
145	هل تتم عادة بأنك لست لطيفا مع والديك كما ينبغي أن تكون؟	نعم	لا
146	هل تكون مرحا بعض الشيء عندما تكون في م لك ؟	نعم	لا
147	هل تجد أن من الصعب عليك أن تتسبب في سرور والديك؟	نعم	لا

148	هل تشعر عادة كما لو كنت تفضل أن تعيش بعيدا أسرتك؟	نعم	لا
149	هل تشعر عادة أن أحدا من أسرتك لا يهتم بك؟	نعم	لا
150	هل يميل أهلك إلى الشجار بدرجة كبيرة؟	نعم	لا
	(ه): علاقة المراهق في المدرسة		
151	هل تشعر أن مدرسيك يفهموك؟	نعم	لا
152	هل تحب أن تمارس النشاط المدرسي مع زملاؤك؟	نعم	لا
153	هل تشعر أن بعض المواد الدراسية صعبة لدرجة أنا تعرضك لخطر الرسوب؟	نعم	لا
154	هل فكرت كثيرا في أن بعض المدرسين يهتمون اهتماما ضئيلا بتلامذتم؟	نعم	لا
155	هل يرى بعض زملائك انك لا تلعب لعبا عادلا كما يفعلون هم؟	نعم	لا
156	هل ترى أن مدرسيك من الدقة بحيث يجعلون الدراسة عملا شاقا أكثر مما ينبغي؟	نعم	لا
157	هل تستمتع بالحديث مع زملائك بالمدرسة ؟	نعم	لا
158	هل فكرت كثيرا في أن بعض المدرسين غير عاديين؟	نعم	لا
159	هل طلب منك أن تشترك في المباريات المدرسية بالقدر الواجب؟	نعم	لا
160	هل تكون اسعد في المدرسة إذا كان المدرسون أكثر عطفا؟	نعم	لا
161	هل تقضي وقتا أطيب إذا كنت مع زملائك؟	نعم	لا
162	هل يحب زملائك في القسم الطريقة التي تعاملهم با ؟	نعم	لا
163	هل تعتقد أن المدرسين يريدون من التلاميذ أن يستمتعوا بما بينهم من صداقات؟	نعم	لا
164	هل تجد أن من الضروري أن تبتعد عن زملائك بسبب الطريقة التي يعاملونك با؟	نعم	لا
165	هل تفضل أن تتغيب عن المدرسة إن استطعت؟	نعم	لا
	(و): علاقة المراهق في البيئة المحلية		
166	هل تزور أصدقاؤك ممن هم في سنك من الجيران في منازلهم؟	نعم	لا
167	هل من عادتك أن تتحدث مع من هم في سنك من الجيران ؟	نعم	لا
168	هل يخالف معظم جيرانك ممن هم في سنك ما يفرضه القانون؟	نعم	لا
169	هل تلعب مع أصدقاء من جيرانك؟	نعم	لا
170	هل يعيش بالقرب من م لك شبان يتصفون بأخلاق طيبة؟	نعم	لا
171	هل معظم جيرانك من النوع المحبوب؟	نعم	لا
172	هل يوجد من بين جيرانك من تجد أن من الصعب عليك أن تحبهم؟	نعم	لا
173	هل تذهب أحيانا لزيارة الجيران؟	نعم	لا
174	هل يوجد من جيرانك من تجد أن من الصعب عليك أن تحبهم؟	نعم	لا

175	هل تقضي وقتا طيبا مع جيرانك؟	نعم	لا
176	هل يوجد عدد من الجيران لا تتم بم؟	نعم	لا
177	هل من الضروري أن تكون لطيفا مع جيرانك مهما اختلفوا عنك؟	نعم	لا
178	هل يوجد من جيرانك من يسببون لك المضايقة لدرجة انك تحب أن تسيء إليهم؟	نعم	لا
179	هل تشعر أن الحي الذي تعيش فيه لا يعجبك؟	نعم	لا
180	هل تحب معظم من في سنك من الجيران؟	نعم	لا

	القسم الأول: التوافق النفسي						**القسم الثاني: التوافق الاجتماعي**					
	(أ)	**(ب)**	**(ج)**	**(د)**	**(ه)**	**(و)**	**(أ)**	**(ب)**	**(ج)**	**(د)**	**(ه)**	**(و)**
1	نعم	نعم	نعم	لا	نعم	نعم	نعم	نعم	نعم	نعم	نعم	نعم
2	لا	لا	نعم	نعم	نعم	نعم	نعم	نعم	نعم	نعم	نعم	نعم
3	لا	نعم	نعم	نعم	نعم	نعم	نعم	نعم	نعم	نعم	نعم	نعم
4	لا	نعم	لا	نعم	نعم	نعم	نعم	نعم	نعم	نعم	نعم	نعم
5	لا	نعم	نعم	نعم	نعم	نعم	نعم	نعم	نعم	نعم	نعم	نعم
6	لا	نعم	نعم	نعم	نعم	نعم	نعم	نعم	نعم	نعم	نعم	نعم
7	نعم	نعم	نعم	نعم	نعم	نعم	نعم	نعم	نعم	نعم	نعم	نعم
8	لا	نعم	لا	لا	نعم	نعم	نعم	نعم	نعم	نعم	نعم	نعم
9	لا	نعم	نعم	نعم	نعم	نعم	نعم	نعم	نعم	نعم	نعم	نعم
10	لا	لا	لا	لا	نعم	نعم	نعم	نعم	نعم	نعم	نعم	نعم
11	لا	لا	نعم	نعم	نعم	نعم	نعم	نعم	نعم	نعم	نعم	نعم
12	لا	لا	لا	نعم	نعم	نعم	نعم	نعم	نعم	نعم	نعم	نعم
13	نعم	نعم	نعم	نعم	نعم	نعم	نعم	نعم	نعم	نعم	نعم	نعم
14	لا	لا	نعم	نعم	نعم	نعم	نعم	نعم	نعم	نعم	نعم	نعم
15	نعم	لا	لا	نعم	نعم	نعم	نعم	نعم	نعم	نعم	نعم	نعم

- **مفتاح تصحيح اختبار الشخصية للمرحلة المتوسطة والثانوية**
-

الملحق رقم:02
مقياس السلوك التربوي الرياضي

جامعة الجزائر 3

معهد التربية البدنية والرياضية تاريخ تطبيق المقياس:

مقياس السلوك التربوي الرياضي

الاسم واللقب:... السن:..

الثانوية:.. القسم:...

الجنس:... الرياضة الممارسة:...

أمامك قائمة تحتوي على بعض المواقف التي تحدث لك في الحياة اليومية، اقرأ كل موقف بعناية تامة وحاول أن تحدد نوع الإجابة (أ)، أو(ب)، أو(ج)

اقرأ كل عبارة من العبارات الآتية ثم ضع دائرة حول الإجابة التي تنطبق عليك أي حول (أ)، أو(ب)، أو(ج)

- لا تترك أي موقف بدون إجابة وضع علامة واحدة لكل موقف.
- ليست هناك إجابة صحيحة وأخرى خاطئة في هدا المقياس، إنما المهم هو صدق إجابتك مع نفسك.

ولك خالص الشكر و التقدير

الباحث:حسان بوجليدة

مجالات مقياس السلوك التربوي الرياضي

الرقم	المواقف
	أ . المجال الأول: السلوك التربوي الرياضي داخل درس التربية الرياضية
1	- إذا كنت في درس التربية الرياضية وحدد المدرس وقفتك في موقع آخر المجموعة: **أ** . تعترض على قرار المدرس .**ب**. تتقدم زملائك دون أذن . **ج** . تبقى في المكان الذي وضعك فيه المدرس .
2	- في أثناء أداء الأنشطة والفعاليات الرياضية في درس التربية الرياضية قام أحد زملائك بأخذ دورك في التمرين : **أ**. تقوم بإخبار مدرس التربية الرياضية عن سلوك زميلك .**ب**. تأخذ مكانك بالقوة .**ج** . تطلب منه وبلطف أن يرجع إلى مكانه.
3	**إذا كان الجو باردا وكان لديك درساً** في **التربية الرياضية فهل :** **أ** . تشترك بالدرس مثل بقية الزملاء.**ب**. تطلب من المدرس إعفاءك من اللعب . **ج** . تتغيب عن الدرس .
4	- إذا كان لديك امتحان في أحد المواد العلمية في اليوم الذي يوجد درس تربية رياضية فيه ولم تحضر واجبك كما يجب : **أ** . تتغيب عن درس التربية الرياضية لكي تحضر لذلك الامتحان . **ب**. تطلب من مدرس التربية الرياضية أن يمنحك إعفاء.**ج**. تطلب من مدرس المادة تأجيل الامتحان.
5	- إذا كنت متميزا في أحد الألعاب وقام مدرس التربية الرياضية بالتركيز خلال الدرس على اللاعب الأضعف منك دون أن يلتفت إليك: **أ** . تساعد المدرس في تطوير مهارات زميلك الأضعف منك.**ب**. تشعر بالانزعاج. **ج** . تعد الأمر طبيعيا لأنها من مهام المدرس .
6	- إذا طلب منك مدرس التربية الرياضية مغادرة درس التربية الرياضية لذنب لم ترتكبه: **أ** . تنفذ الأمر . **ب**. تنفذ الأمر وتوضح للمدرس أنك لم ترتكب الذنب بعد انتهاء الدرس. **ج** . ترفض المغادرة .
7	- إذا كنت مريضاً وطلبت إعفاء من مدرس التربية الرياضية ولم يمنحك إياها : **أ**.تترك الدرس رغم عدم سماح المدرس لك بذلك.**ب**.تشترك بالدرس رغم انك مريض.**ج**.تحضر الدرس ولا تشارك في فعالياته.
8	- عند استعدادك لامتحان درس التربية الرياضية وقام مدرس التربية الرياضية بتغيير موعد الامتحان عدة مرات : **أ** . تستجيب للمدرس. **ب**. تطلب من المدرس أن يوضح سبب تغيير موعد الامتحان المتكرر.**ج** . تقدم شكوى لإدارة المدرسة .
9	- عند شعورك بالملل في أثناء درس التربية الرياضية نتيجة عدم توفر عنصر التشويق : **أ** . تطلب من المدرس في أثناء الدرس أن يحاول قدر الإمكان جعل الدرس أكثر تشويقا . **ب**. تبدي تذمرك من الدرس بعد انتهاء الدرس. **ج** . تلتزم الصمت وتطلب من المدرس بعد الدرس أن يدخل ألعابا مشوقة في الدرس القادم .
10	- في أثناء درس التربية الرياضية دق جرس الاستراحة ولم يسمعه مدرس التربية الرياضية: **أ** . تنبه المدرس إلى أن الجرس قد دق . **ب**. تلتزم الصمت . **ج** . تترك المحاضرة لتتمتع بالاستراحة .

11	إذا سأل مدرس التربية الرياضية سؤالا وكان فيه نسبة خطأ : **أ** . تلتزم الصمت . **ب.** تخبر المدرس في أثناء الدرس أن سؤاله كان خاطئا . **ج** . تخبر المدرس بعد الدرس أن سؤاله كان خاطئا.
12	- إذا كنت تلعب بالكرة في أثناء درس التربية الرياضية وأصابت الكرة أحد الأشخاص وبدون قصد: أ . تعتذر من الشخص. **ب.** تجلب الكرة دون أي اعتذار . **ج** . تطلب من الشخص أن يكون أكثر حذرا في المستقبل.
13	- إذا كنت لا ترتاح من أحد زملائك في الصف فهل تستثمر درس التربية الرياضية لكي : **أ** . تضربه بالكرة متعمدا إيذائه . **ب.** تتحاشى اللعب معه . **ج** . تعمد إلى كسب صداقته خلال درس التربية الرياضية لأنه أنسب فرصة لإظهار التعاون فيما بينكم.
14	- ارتكب أحد زملائك تصرفا غير لائق في درس التربية الرياضية : **أ** . تخبر المدرس . **ب.** تستمر بالدرس وكأن شيئا لم يحدث . **ج** . تطلب منه أن يمتنع عن ممارسة هذا التصرف .
15	- إذا قام مدرس التربية الرياضية بدمج أكثر من صف دراسي في درس واحد فأثر على ممارستك للأنشطة الرياضية: **أ** . تطلب من المدرس أن لا يدمج الصفوف . **ب.** لا تتخذ أي إجراء . **ج** . تمتنع عن المشاركة بالدرس .
16	- أثناء درس التربية الرياضية طلب منك مدرس التربية الرياضية أن تحدد رئيساً للفريق: **أ** . ترشح نفسك لنيل المنصب رغم انك غير أهل لذلك. **ب.** تمتنع عن الترشيح وتطلب من مدرس التربية الرياضية أن يقوم بمهمة الترشيح بنفسه . **ج.** ترشح من هو أهل لنيل ذلك المنصب .
17	- إذا طلب منك مدرس التربية الرياضية أن تضع درجة لزميلك: **أ** . تراعي الزمالة التي بينك وبينه وتضع له درجة جيدة . **ب.** تعطيه درجته الحقيقية . **ج** . تمتنع عن التقويم .
18	- إذا عنفك مدرس التربية الرياضية بشدة لعدم تأدية الحركات بصورة صحيحة: أ . ترد عليه بالطريقة نفسها . **ب.** تمتنع عن الاستمرار بالدرس. **ج** . تعتذر عن الخطأ الذي قمت به .
19	- عندما يطلب منك مدرس التربية الرياضية أن تؤدي مهارة لأول مرة هل: **أ** . تؤديها دون تردد وبحذر ؟ **ب.** لا تؤديها ؟ **ج** . تطلب أن يعرضها المدرس أو طالب آخر قبلك ؟
20	- إذا رأيت أن زميلك المصاب قد اشترك في درس التربية الرياضية وان إصابته لم تشفى بعد : **أ.** تخبر مدرس التربية الرياضية عن إصابة زميلك .**ب.** تخبر زميلك بأن ذلك سوف يؤثر سلبا عليه. **ج** . تستمر باللعب دون أي اكترات بزميلك .
21	- إذا كان مدرس التربية الرياضية غير متمكن من مادته وغير قادر على شرح المهارات بصورة جيدة : **أ** . تبتعد عن درس التربية الرياضة باختلاق الأعذار . **ب.** تطلب من مدير المدرسة أن يغير مدرس التربية الرياضية . **ج** . تستعين بالآخرين لتعلم المهارة .
22	- في حالة عدم فهمك لمهارة قام مدرس التربية الرياضية بشرحها عدة مرات : **أ.** تلتزم الصمت .**ب.** تطلب من المدرس أن يعيد شرح المهارات من جديد خلال الدرس . **ج** . تطلب من المدرس أن يعيد شرح المهارة وتبسيطها بعد انتهاء الدرس .

- إذا كنت غير راضٍ عن الدرجة التي وضعها مدرس التربية الرياضية لك: **أ.** تطلب من المدرس أن يوضح لك نقاط ضعفك.**ب.** تكتفي بتقويم المدرس.**ج .** تثور وتـ عج وتعترض بقوة على تقويم المدرس.	23
- عندما يقوم مدرس التربية الرياضية بإجراء الاختبار العملي للطلاب دون أن يوضح طريقة إجراء الاختبار بصورة واضحة للطلاب: **أ.** تؤدي الاختبار رغم عدم فهمك له. **ب.** تمتنع عن أداء الاختبار إلىأن تفهمه. **ج.** تطلب من مدرس التربية الرياضية أن يوضح طريقة أداء الاختبار.	24
- إذا طلب منك مدرس التربية الرياضية أن تقوم بكتابة تقرير عن احد الأنشطة الرياضية ولم تكن تمتلك المصادر العلمية المطلوبة لإعدادالتقرير: **أ .** تطلب من المدرس أن يوجهك إلى أهم المصادر . **ب.** تبحث بنفسك عن المصادر دون توجيه . **ج .** تطلب من زملائك أن يساعدوك في البحث عن المصادر .	25
- عندما تقوم إدارة المدرسة بإلغاء درس التربية الرياضية بحجة حاجتها لدروس التربية الرياضية لكي تكمل منهاج باقي المواد: **أ .** تقوم بالطلب من مدرس التربية الرياضية بالاعتراض على إلغاء الدرس. **ب.** تمتنع عن دخول الدرس البديل . **ج .** تقوم بالاعتراض أنت وزملائك على موقف الإدارة.	26
- عندما ترفض الإدارة في المدرسة الموافقة على تزويد مدرس التربية الرياضية بما يحتاجه من تجهيزات رياضية بحجة أن درس التربية الرياضية غير مهم في الجدول المدرسي : **أ .** تطلب من مدرس التربية الرياضية أن يوضح لإدارة المدرسة أهمية درس الرياضة.**ب.** تقوم بالاعتراض أنت وزملاؤك على موقف الإدارة .**ج .** تطلب من المدرس رفع شكوى ضد الإدارة .	27
ب . المال الثاني : السلوك التربوي الرياضي في **النشاط الرياضي الداخلي**	
- وأنت تلعب في الساحة القريبة من مـ لك مع زملائك خرجت الكرة فكسرت زجاج أحد المنازل: **أ .** تطرق الباب على أصحاب المـ ل وتتأسف لذلك. **ب.** تلوذ بالفرار. **ج.** تلقي اللوم على زميل آخر اشترك معك في اللعب.	28
- في أثناء الاستراحة بين الدروس وأنت تقوم باللعب مع زملائك في لعبة معينة وكنت في حالة هجوم دق الجرس لبدء درس آخر : **أ .** تواصل اللعب إلىأن تنهي الهجوم ثم تذهب للدرس . **ب.** تتوقف عن اللعب وتذهب إلى صفك قبل حضور المدرس . **ج .** تتغيب عن الدرس لكي تواصل اللعب .	29
- إذا كنت تمارس الأنشطة الرياضية المختلفة في المدرسة فانك تمارسها: **أ.** لكي تستثمر وقت فراغك بشيء مفيد.**ب.** لكي تكون مميزا بين زملائك.**ج .** لأن الأنشطة الرياضية مهمة للجسم والصحة.	30
- عند اللعب مع أشخاص غير مدربين على لعبة معينة وليس لهم خبرة بالقانون أو أسلوب اللعب: **أ .** تستثمر هذا الجهل بالقانون لكي تحقق الفوز . **ب.** توضح لهم وتشرح لهم قانون اللعبة وأسلوب اللعب . **ج .** تترك القانون أنت أيضاً وتلعب مثلهم .	31

32	- إذا كنت في الاستراحة بين الدروس وتمارس إحدى الرياضات وتجمهر التلاميذ لمشاهدة اللعب : **أ .** تطلب منهم الابتعاد باستخدام الزجر والتهديد . **ب.** تستخدم العنف لإبعادهم عن الساحة . **ج .** تطلب منهم إخلاء الساحة لاستئناف اللعب .
33	- ماهو شعورك وأنت تمارس الأنشطة الرياضية المختلفة داخل المدرسة: أ . تشعر براحة نفسية . ب. تشعر بإجهاد نفسي كبير. ج . ترى بأنه مضيعة للوقت .
34	- طلب مدرب الفريق الرياضي منك تناول مواد غذائية معينة تساعدك على نمو جسمك وكانت أسعار تلك المواد باهظة الثمن لا تستطيع توفيرها: **أ** . تقول للمدرب بأنك غير قادر على توفير تلك المواد . **ب**. تقول للمدرب أنك تناولتها بالرغم من عدم حصول ذلك خجلا من زملائك . **ج** . تترك الفريق لعدم توفر الإمكانات المادية .
35	- إذا كان مدير المدرسة يركز فقط على اللاعب الذي يحقق نتيجة متقدمة على المدارس ولا يهتم باللاعبين الباقين ، ما هو موقفك ؟ **أ** . تحاول جاهدا أن تحقق نتيجة متقدمة.**ب**. تطلب من مدرس التربية الرياضية أن يوضح للمدير أن الاشتراك في النشاط الرياضي هو المهم وليس الفوز.**ج**. لا تتخذ أي إجراء .
36	- إذا كنت جيدا بإحدى الألعاب الرياضية وطلب منك مدرس التربية الرياضية المشاركة في هذه اللعبة : **أ .** التهرب منه بحجة عدم قبول الأهل الاشتراك بالنشاط الرياضي . **ب.** توافق على الاشتراك خوفا من المدرس . **ج** . تقدم الاعتذار للمدرس وتوضح له عدم قدرتك على الاشتراك .
37	إذا منعك والديك من الاشتراك في النشاط الرياضي اللاصفي : **أ** .تمارس النشاط بدون موافقة الوالدين . **ب**. تطلب من والديك أن يوضحا سبب منعك من ممارسة النشاط الرياضي. **ج** . تمتثل لأوامر والديك .
38	- إذا طلب منك المدرب (المدرس) أن تتحمل مسؤولية التدريب في أثناء غيابه لساعة من الزمن وعند مباشرتك بالتدريب لم يستمع الفريق إليك : **أ** . تبدأ بالصراخ على أعضاء الفريق. **ب.** تستمر بالتدريب إلى حين حضور المدرب. **ج** . تطلب من الفريق أن يختار من يدربه وتخبر المدرب بذلك .
39	- إذا كنت لاعبا في إحدى الفرق الرياضية وكان مستواك ضعيفا في مهارة معينة فهل : **أ** . تحاول أن تطور مهارتك بنفسك . **ب.** تحاول أن تبتعد عن تطبيق هذه المهارة قدر الإمكان . **ج** . تطلب من زملائك مساعدتك في أثناء التدريب .
40	- شاهدت إصابة أحد زملائك من جراء أداء الحركات الرياضية: **أ .** تحاول الابتعاد عن أداء تلك الحركات خوفا من الإصابة . **ب.** تمارس الحركات بحذر . **ج** . تحاول أن تستعلم من مدرس التربية الرياضية عن سبب إصابة ذلك اللاعب، وما هي طرائق الوقاية من الإصابة.

41	- إذا كنت تحاول تتفادى الإصابات فهل: **أ** . تأخذ إحماء جيد قبل التمرين ؟ **ب**. المباشرة باللعب دون التفكير بالإصابة ؟ **ج** . تمتنع عن أداء الحركات الصعبة ؟
42	- عند التدرب على مهارة حركية فيها نسبة خطورة تصل إلى 50 % : **أ.** هل تؤدي المهارة بدون أي تفكير في الإصابة؟**ب**. هل تمتنع عن أداء المهارة ؟**ج .** هل تؤدي المهارة بشكلها النهائي بعد التدرج في تعلمها ؟
43	- إذا كنت قد عدت إلى الملعب بعد شفائك من إصابة وأعطاك المدرب (المدرس) تمارين رياضية عنيفة: **أ** . تطلب منه أن يتدرج في إعطائك التمارين.**ب**. تخبر المدرب بأنك قد عدت من إصابة لكي يضع لك برنامجا مناسبا.**ج** . تتهرب من التدريب .
44	- إذا كنت قد تعرضت لإصابة في السابق ولم تشفى منها بعد ، وطلب منك مدرس التربية الرياضية أن تشترك في مباراة مهمة: **أ** . تستجيب للمدرس وتشارك في المباراة رغم إصابتك . **ب**. تخبر المدرس عن حالتك الصحية وعدم قدرتك على الاشتراك في المباراة . **ج** . تمتنع عن المشاركة .
45	- إذا كنت في مدرسة مديرها شديد في تعامله مع الطلبة الرياضيين ولا يستخدم معهم المرونة في تقدير ما قدموه من انجاز رياضي ، ماهو موقفك ؟ **أ** . تطلب من مدرس التربية الرياضية أن يتحدث إلى المدير ليكون أكثر مرونة في تعامله مع الرياضيين.**ب**. تكتفي بالتذمر على أسلوب تعامل المدير مع الطلبة الرياضيين . **ج** . تقدم شكوى إلى الجهة المسئولة .
46	- إذا أقيم احتفال لفريقك الرياضي ولم تكن مدعو لذلك الاحتفال رغم أنك احد أعضاء الفريق: أ . تستفسر عن السبب من المدرس . ب. تترك الفريق . ج . تواصل اللعب وكأن شيئا لم يحدث.
47	- إذا كان فريق المدرسة يلعب مباراة مهمة خارج المدرسة وأردت أن تشاهد المباراة: **أ** . تترك الدراسة وتذهب لمشاهدة المباراة . **ب**. تطلب من مدير المدرسة أن يسمح لمجموعة من الطلاب أن يذهبوا للمباراة لتشجيع الفريق لأهمية المباراة.**ج** . لا تتخذ أي إجراء .
48	- لديك امتحان في إحدى المواد العلمية وكان لديك تدريب رياضي : **أ .** تطلب من المدرب أن يعفيك من الاشتراك في التدريب لذلك اليوم**. ب.** لا تذهب إلى التدريب **. ج.** تقوم بالتدريب لفترة قصيرة ثم تعود للدراسة .
49	- إذا كنت تلعب في ساحة المدرسة وتسببت في إصابة أحد أصدقائك: **أ** . ترب وتتركه . **ب.** تقوم بإسعافه بنفسك . **ج .** تنقله إلى أقرب مستشفى بمساعدة الآخرين .

- مفتاح تصحيح مقياس السلوك التربوي الرياضي.

الرقم	أ	ب	ج	الرقم	أ	ب	ج	الرقم	أ	ب	ج
1	2	1	3	**18**	1	2	3	**35**	2	3	1
2	2	1	3	**19**	2	1	3	**36**	1	2	3
3	3	2	1	**20**	3	2	1	**37**	1	3	2
4	1	2	3	**21**	1	3	2	**38**	1	2	3
5	3	2	2	**22**	1	2	3	**39**	2	1	3
6	2	3	1	**23**	3	2	1	**40**	1	2	3
7	1	2	3	**24**	1	2	3	**41**	3	2	1
8	2	3	1	**25**	3	1	2	**42**	2	1	3
9	2	1	3	**26**	3	1	2	**43**	1	3	2
10	3	2	1	**27**	3	2	1	**44**	2	3	1
11	1	2	3	**28**	3	2	1	**45**	3	2	1
12	3	1	2	**29**	2	3	1	**46**	3	1	2
13	1	2	3	**30**	2	1	3	**47**	1	3	2
14	2	1	3	**31**	2	3	1	**48**	2	1	3
15	3	2	1	**32**	2	1	3	**49**	1	2	3
16	1	2	3	**33**	3	2	1				
17	1	3	2	**34**	3	1	2				

الملحق رقم :03

نتائج حزمة البرامج الإحصائية

1- نتائج دراسة الفروق بين الممارسين وغير الممارسين في التوافق الشخصي:

	pratiqant	N	Moyenne	Ecart-type	Erreur standard moyenne
classe1 A	oui	355	13,25	1,62	8,61E-02
	non	400	9,14	,35	1,74E-02
CLASSE1B	oui	355	13,5887	2,4193	,1284
	non	400	9,6800	,7063	3,531E-02
CLASSE1C	oui	355	13,4620	2,6945	,1430
	non	400	9,0800	,4406	2,203E-02
CLASSE1D	oui	355	13,7775	2,2052	,1170
	non	400	9,0800	,4406	2,203E-02
CLASSE1E	oui	355	12,7099	2,3417	,1243
	non	400	9,2000	,8729	4,364E-02
CLASSE1F	oui	355	12,1634	1,5609	8,285E-02
	non	400	8,1400	,3474	1,737E-02
CLASSE1	oui	355	78,9521	9,6096	,5100
	non	400	54,3200	1,4910	7,455E-02

Test d'échantillons indépendants

	Test-t pour égalité des moyennes				
	t	ddl	Sig. (bilatérale)	Différence moyenne	Différence écart-type
classe 1 A	49,446	753	,000	4,11	8,31E-02
CLASSE1B	30,867	753	,000	3,9087	,1266
CLASSE1C	32,048	753	,000	4,3820	,1367
CLASSE1D	41,681	753	,000	4,6975	,1127
CLASSE1E	27,877	753	,000	3,5099	,1259
CLASSE1F	50,174	753	,000	4,0234	8,019E-02
CLASSE1	50,588	753	,000	24,6321	,4869

2-نتائج دراسة الفروق بين الممارسين وغير الممارسين في القسم الثاني (التوافق الاجتماعي):

Statistiques de groupe

	pratiqant	N	Moyenne	Ecart-type	Erreur standard moyenne
classe2a	oui	355	13,60	1,26	6,68E-02
	non	400	9,14	,35	1,74E-02
classe2b	oui	355	13,79	1,27	6,72E-02
	non	400	9,68	,71	3,54E-02
classe2C	oui	355	13,42	1,50	7,95E-02
	non	400	9,08	,44	2,20E-02
classe2D	oui	355	13,27	1,47	7,83E-02
	non	400	9,08	,44	2,20E-02
classe2E	oui	355	13,12	2,98	,16
	non	400	9,66	,72	3,58E-02
classe2f	oui	355	13,46	1,52	8,06E-02
	non	400	9,14	,35	1,74E-02
classe2	oui	355	80,6479	7,7133	,4094
	non	400	55,7800	1,4567	7,283E-02

Test d'échantillons indépendants

	Test-t pour égalité des moyennes				
	t	ddl	Sig. (bilatérale)	Différence moyenne	Différence écart-type
classe2a	67,939	753	,000	4,46	6,56E-02
classe2b	55,844	753	,000	4,11	7,36E-02
classe2C	55,278	753	,000	4,34	7,85E-02
classe2D	54,149	753	,000	4,19	7,73E-02
classe2E	22,426	753	,000	3,45	,15
classe2f	55,321	753	,000	4,32	7,81E-02
classe2	63,228	753	,000	24,8679	,3933

3-نتائج دراسة الفروق بين الممارسين وغير الممارسين في التوافق العام (الشخصي الاجتماعي):

Statistiques de groupe

	pratiqant	N	Moyenne	Ecart-type	Erreur standard moyenne
CLASSE	oui	355	159,6000	16,3568	,8681
	non	400	110,1000	2,9002	,1450

Test d'échantillonsindépendants

	Test-t pour égalité des moyennes				
	t	ddl	Sig. (bilatérale)	Différence moyenne	Différence écart-type
CLASSE	59,486	753	,000	49,5000	,8321

4-نتائج دراسة الفروق بين أفراد الموعة الممارسةحسب الجنس في التوافق الشخصي+ التوافق الاجتماعي + التوافق العام

Statistiques de groupe

	sexe	N	Moyenne	Ecart-type	Erreur standard moyenne
classe 1 A	h	200	13,44	1,52	,11
	f	155	13,01	1,72	,14
CLASSE1B	h	200	13,5900	1,4465	,1023
	f	155	13,5871	3,2788	,2634
CLASSE1C	h	200	13,5950	1,3858	9,799E-02
	f	155	13,2903	3,7624	,3022
CLASSE1D	h	200	13,9800	2,6485	,1873
	f	155	13,5161	1,4112	,1134
CLASSE1E	h	200	12,9150	2,8227	,1996
	f	155	12,4452	1,4777	,1187
CLASSE1F	h	200	12,0700	1,6056	,1135
	f	155	12,2839	1,4979	,1203
CLASSE1	h	200	79,5900	8,6019	,6082
	f	155	78,1290	10,7448	,8630
classe2a	h	200	13,61	1,24	8,79E-02
	f	155	13,58	1,28	,10
classe2b	h	200	13,97	1,17	8,28E-02
	f	155	13,55	1,35	,11
classe2C	h	200	13,27	1,50	,11
	f	155	13,61	1,48	,12
classe2D	h	200	13,11	1,49	,11
	f	155	13,47	1,43	,11
classe2E	h	200	12,61	2,71	,19
	f	155	13,78	3,20	,26
classe2f	h	200	13,67	1,40	9,88E-02
	f	155	13,19	1,63	,13
classe2	h	200	80,2300	7,4014	,5234
	f	155	81,1871	8,0902	,6498
CLASSE	h	200	159,8200	15,3655	1,0865
	f	155	159,3161	17,6005	1,4137

Test d'échantillons indépendants

	Test-t pour égalité des moyennes				
	t	ddl	Sig. (bilatérale)	Différence moyenne	Différence écart-type
classe 1 A	2,517	353	,012	,43	,17
CLASSE1B	,011	353	,991	2,903E-03	,2593
CLASSE1C	1,057	353	,291	,3047	,2883
CLASSE1D	1,974	353	,049	,4639	,2350
CLASSE1E	1,882	353	,061	,4698	,2497
CLASSE1F	-1,282	353	,201	-,2139	,1669
CLASSE1	1,423	353	,156	1,4610	1,0269
classe2a	,218	353	,828	2,94E-02	,13
classe2b	3,062	353	,002	,41	,13
classe2C	-2,109	353	,036	-,34	,16
classe2D	-2,302	353	,022	-,36	,16
classe2E	-3,748	353	,000	-1,18	,31
classe2f	2,964	353	,003	,48	,16
classe2	-1,160	353	,247	-,9571	,8250
CLASSE	,287	353	,774	,5039	1,7527

5- نتائج دراسة الفروق بين أفراد المجموعة الممارسة حسب نوع الرياضة في التوافق الشخصي+ الاجتماعي+ التوافق العام

Test[a,b]

	Khi-deux	ddl	Signification asymptotique
classe 1 A	12,932	3	,005
CLASSE1B	14,813	3	,002
CLASSE1C	9,598	3	,022
CLASSE1D	3,023	3	,388
CLASSE1E	8,676	3	,034
CLASSE1F	7,735	3	,052
CLASSE1	6,826	3	,078
classe2a	6,009	3	,111
classe2b	7,426	3	,059
classe2C	7,269	3	,064
classe2D	5,885	3	,117
classe2E	77,030	3	,000
classe2f	20,280	3	,000
classe2	22,757	3	,000
CLASSE	14,538	3	,002

a. Test de Kruskal Wallis

b. Critère de regroupement : disipline

Tableau de bord

		disipline				
		foot	basket	hand	volley	Total
classe 1 A	Moyenne	13,78	13,20	13,43	12,80	13,25
	N	63	100	92	100	355
	Ecart-type	1,38	1,56	1,42	1,87	1,62
CLASSE1B	Moyenne	13,8889	13,9300	13,6957	12,9600	13,5887
	N	63	100	92	100	355
	Ecart-type	1,2965	3,8619	1,2111	1,7403	2,4193
CLASSE1C	Moyenne	13,6349	13,9600	13,4239	12,8900	13,4620
	N	63	100	92	100	355
	Ecart-type	1,2221	4,3807	1,5136	1,7690	2,6945
CLASSE1D	Moyenne	13,8730	13,7200	13,5109	14,0200	13,7775
	N	63	100	92	100	355
	Ecart-type	1,3013	1,2877	1,4103	3,5646	2,2052
CLASSE1E	Moyenne	13,1429	12,4200	13,0000	12,4600	12,7099
	N	63	100	92	100	355
	Ecart-type	4,7684	1,4783	,9834	1,3957	2,3417
CLASSE1F	Moyenne	12,1587	12,1200	12,5652	11,8400	12,1634
	N	63	100	92	100	355
	Ecart-type	1,4724	1,5393	1,2865	1,7907	1,5609
CLASSE1	Moyenne	80,4762	79,3500	79,6304	76,9700	78,9521
	N	63	100	92	100	355
	Ecart-type	8,6786	11,5412	6,8928	10,0065	9,6096
classe2a	Moyenne	13,70	13,54	13,83	13,38	13,60
	N	63	100	92	100	355
	Ecart-type	1,27	1,24	1,14	1,35	1,26
classe2b	Moyenne	13,95	13,70	14,03	13,54	13,79
	N	63	100	92	100	355
	Ecart-type	1,01	1,19	1,18	1,50	1,27
classe2C	Moyenne	13,56	13,08	13,51	13,58	13,42
	N	63	100	92	100	355
	Ecart-type	1,25	1,59	1,49	1,52	1,50
classe2D	Moyenne	13,11	13,10	13,59	13,24	13,27
	N	63	100	92	100	355
	Ecart-type	1,50	1,56	1,33	1,47	1,47
classe2E	Moyenne	13,98	13,76	14,15	10,98	13,12
	N	63	100	92	100	355
	Ecart-type	,99	1,23	4,01	2,91	2,98
classe2f	Moyenne	14,03	13,70	13,47	12,86	13,46
	N	63	100	92	100	355
	Ecart-type	,98	1,26	1,56	1,79	1,52
classe2	Moyenne	82,3333	80,8800	82,5761	77,5800	80,6479
	N	63	100	92	100	355
	Ecart-type	6,1434	7,3872	8,0646	7,7410	7,7133
CLASSE	Moyenne	162,8095	160,2300	162,2065	154,5500	159,6000
	N	63	100	92	100	355
	Ecart-type	14,0642	17,7501	14,2879	17,0604	16,3568

Moyennes

6-نتائج دراسة الفروق بين الممارسين وغير الممارسين في السلوك التربوي العام (خلال حصة ت ب ر + النشاط الداخلي):

Statistiques de groupe

	pratiqant	N	Moyenne	Ecart-type	Erreur standard moyenne
axe1	oui	355	55,9352	10,0200	,5318
	non	400	57,8000	9,1985	,4599
axe2	oui	355	47,6366	7,1133	,3775
	non	400	42,6000	6,8144	,3407
axe	oui	355	103,5718	12,8603	,6826
	non	400	100,4000	10,5773	,5289

Test d'échantillons indépendants

	Test-t pour égalité des moyennes				
	t	ddl	Sig. (bilatérale)	Différence moyenne	Différence écart-type
axe1	-2,666	753	,008	-1,8648	,6995
axe2	9,929	753	,000	5,0366	,5072
axe	3,716	753	,000	3,1718	,8536

7-نتائج دراسة الفروق بين أفراد المجموعة الممارسةحسب الجنس في السلوك التربوي العام (خلال حصة ت ب ر - والنشاط الداخلي)

Statistiques de groupe

	sexe	N	Moyenne	Ecart-type	Erreur standard moyenne
axe1	h	200	55,0700	9,9650	,7046
	f	155	57,0516	10,0122	,8042
axe2	h	200	48,2300	6,9526	,4916
	f	155	46,8710	7,2665	,5837
axe	h	200	103,3000	12,6551	,8948
	f	155	103,9226	13,1532	1,0565

Test d'échantillons indépendants

	Test-t pour égalité des moyennes				
	t	ddl	Sig. (bilatérale)	Différence moyenne	Différence écart-type
axe1	-1,854	353	,065	-1,9816	1,0686
axe2	1,791	353	,074	1,3590	,7588
axe	-,452	353	,652	-,6226	1,3778

8-نتائج دراسة الفروق بين أفراد الموعة الممارسةحسب نوع الرياضة الممارسة في السلوك التربوي العام (خلال حصة ت ب ر - والنشاط الداخلي)

Rangs

	disipline	N	Rang moyen
axe1	foot	63	177,60
	basket	100	188,17
	hand	92	164,33
	volley	100	180,66
	Total	355	
axe2	foot	63	174,07
	basket	100	172,39
	hand	92	202,74
	volley	100	163,32
	Total	355	
axe	foot	63	174,67
	basket	100	181,40
	hand	92	177,09
	volley	100	177,54
	Total	355	

Test de Kruskal-Wallis

Test[a,b]

	axe1	axe2	axe
Khi-deux	2,697	7,924	,186
ddl	3	3	3
Signification asymptotique	,441	,048	,980

a. Test de Kruskal Wallis

b. Critère de regroupement : disipline

Moyenne

Tableau de bord

disipline		axe1	axe2	axe
foot	Moyenne	55,9048	47,6190	103,5238
	N	63	63	63
	Ecart-type	10,3763	7,2433	13,7276
basket	Moyenne	56,8000	47,2400	104,0400
	N	100	100	100
	Ecart-type	9,8144	6,3327	11,6688
hand	Moyenne	54,6848	49,1196	103,8043
	N	92	92	92
	Ecart-type	9,4763	7,5968	12,5761
volley	Moyenne	56,2400	46,6800	102,9200
	N	100	100	100
	Ecart-type	10,5074	7,1969	13,8248
Total	Moyenne	55,9352	47,6366	103,5718
	N	355	355	355
	Ecart-type	10,0200	7,1133	12,8603